

## RESUMEN

La presente tesis partió de la necesidad de identificar la relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos en el área rural del Departamento de Tarija. Las variables de los objetivos específicos incluyen satisfacción marital, bienestar psicológico, ajuste diádico y habilidades sociales.

La población de estudio se conformó por padres e hijos de la provincia O'Connor, con un total de 104 personas, distribuidas en 52 padres y 52 hijos, que cumplieron con los requisitos de edad y estado civil. El muestreo empleado fue de tipo intencional y no probabilístico, facilitado a través de informantes clave en la comunidad y tomando en cuenta la experiencia y pertenencia de la investigadora al lugar. Los datos se reconocieron de manera presencial.

El estudio pertenece al área de la psicología clínica, tipificándose como teórico, transversal, descriptivo y cuantitativo. Los métodos utilizados fueron el teórico, empírico y estadístico, apoyándose en técnicas de escalas y cuestionarios para la recolección de datos. Los instrumentos aplicados fueron la Escala de Satisfacción Marital (Russell y Wells, 1990), la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (2004), la Escala de Ajuste Diádico (DAS, Spanier, 1976) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero González (2002).

Los principales resultados obtenidos fueron los siguientes:

- La satisfacción marital de los padres se ubicó predominantemente en un nivel medio.
- El bienestar psicológico de los hijos reflejaba una tendencia general a niveles medios.
- En cuanto al ajuste diádico de los hijos, el nivel observado fue mayormente bajo, mientras que las habilidades sociales alcanzaron un nivel alto en general.
- La relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos evidencia que, a mayor satisfacción marital, los hijos presentan mejor bienestar psicológico, mayor ajuste diádico y mejores habilidades sociales.

Tras el análisis estadístico, se aceptan dos de las hipótesis y dos de las hipótesis planteadas, se rechazan corroborando la influencia de la satisfacción marital de los padres en la adaptación psicológica de los hijos en el contexto rural.

**CAPÍTULO I**  
**PLANTEAMIENTO DEL**  
**PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN**

## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La satisfacción marital de los padres es el principal predictor de la adaptación psicológica de los hijos. A mayor desavenencia paterna, mayor presencia de estructuras conflictivas en los hijos, de tipo personal y social. La elección de los modelos de educación paternos tiene mucho que ver con la satisfacción intrínseca que se tenga por el hecho de ser padre; el estrés y el conflicto paterno son factores que contribuyen a que los hijos desarrollen conductas de ansiedad y depresión, así como estilos de adaptación antisociales. La percepción de estilos de convivencia paterna basada en la agresividad, inducen sentimientos de culpabilidad en los hijos y la aparición de comportamientos ansiosos y depresivos (Ballesteros, 1995). Por esta razón, el presente estudio pretende demostrar la relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos en el área rural del Departamento de Tarija.

La **satisfacción marital** entendida como el grado de adaptación o entendimiento entre los miembros de la pareja, es un indicador imprescindible para caracterizar la calidad de la relación entre los cónyuges y, a su vez, la influencia que tiene ésta sobre la adaptación psicológica de los hijos. La definición de satisfacción marital es la siguiente: “*Satisfacción que tiene un cónyuge hacia el otro con respecto a la interacción conyugal, en donde se toma en cuenta el interés que pone el cónyuge en su pareja*” (Russell y Wells, 1990: 127).

El concepto de adaptación psicológica es muy amplio y abarca una serie de dimensiones. Se entiende por **adaptación psicológica** al “*Estado de equilibrio entre las necesidades internas y las exigencias externas, y los procesos utilizados en el logro de esta condición. Es una consecuencia del aprovechamiento eficiente que la persona hace de los recursos materiales y psicológicos disponibles. La adaptación psicológica es la acción e influencia entre el individuo y el medio en el que este se desarrolla y vive. Es una reacción de la persona como forma de responder a una situación o circunstancia. La adaptación viene dada por la modificación de la conducta del individuo respecto a las condiciones del medio en el que vive y, a su vez, mediante esta acción del individuo el medio va cambiando*” (Coelho et al, 2004: 77).

En este estudio se eligió como variables representativas de la adaptación psicológica al bienestar psicológico, ajuste diádico y habilidades sociales. Dichas variables sondan el plano individual, de pareja y de las relaciones sociales.

En este estudio se adopta la definición planteada por Ryff (2004) que indica que **bienestar psicológico** es *“el estado mental y emocional que surge del balance de la aplicación, por parte del individuo, de su modelo individual y la forma de adaptarse a requerimientos internos y externos del área físico y social. Además, vincula el bienestar con las creencias que dirigen las actividades de los seres humanos y el sentido otorgado a las vivencias pasadas. Asociado a esto, está el bienestar con tener vivencias admitidas tanto comprendidas emocionalmente como de manera cognitiva de modo beneficiosa, con la habilidad de evitar algunas estimadas como incorrectas y con la capacidad de acomodarse a diferentes situaciones con tolerancia”* (p.189).

El **ajuste diádico** es definido como *“el grado de armonía o ajuste global entre los miembros de una relación de pareja”* (Spanier, 1999: 115). En esta tesis se pretende investigar cómo la satisfacción marital de los padres influye en el ajuste diádico de los hijos, El modelo más ampliamente aceptado es el propuesto por Spanier en 1999, en el que el ajuste diádico se compone de cuatro aspectos: el consenso, la satisfacción, la cohesión y la expresión de afecto. Estudiar el ajuste diádico implica analizar el grado de armonía en la relación, la cual está compuesta por ejemplo por el disfrute conjunto y la frecuencia de la interacción (realización conjunta de actividades cotidianas como comer, salir, etc.), el grado de consenso en objetivos vitales, amigos y toma de decisiones importantes (Spanier, 1999).

Las habilidades sociales son aquellos recursos que nos permiten interactuar con nuestros semejantes. Este conjunto de habilidades tiene muchos nombres. Algunos los llaman sentido común, otros se refieren a ellos como sabiduría práctica. En los círculos profesionales, se les llama habilidades sociales o habilidades para la vida. Las **habilidades sociales** *“Son el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes en situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia del auto reforzamiento y maximiza las probabilidades de conseguir refuerzo externo”* (Gismero, 2002: 49).

Existen diversos estudios realizados a **nivel internacional** sobre el tema de la relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos.

En la Universidad de Deusto, Bilbao, España, Iraurgi Castillo Ioseba y un equipo de investigadores, publicaron un artículo titulado “Conflicto Marital y Adaptación de los Hijos”,

en el cual, luego de analizados los datos recabados, plantean la “Hipótesis de la Transferencia y el Proceso de Triangulación”.

Esta hipótesis se refiere a que *“la satisfacción marital, ya sea de hostilidad o de armonía, expresadas por los adultos en sus relaciones familiares, puede reproducirse en las relaciones de los hijos afectándoles de manera directa, ya sea de forma negativa, cuando se transfieren patrones desadaptativos, provocando a su vez problemas de adaptación individual y conyugal, en el caso de los hijos que ya formaron familia. Varias investigaciones encuentran que un nivel elevado de agresión entre los cónyuges (satisfacción marital baja) suele estar asociado a un nivel alto de agresión de los padres hacia los hijos y, consiguientemente, éstos últimos transfieren dicha agresión en sus relaciones interpersonales. El malestar paterno y materno se transfiere directamente a los hijos, lo que a su vez está asociado a problemas internos en los hijos. En las relaciones matrimoniales pueden producirse diversas formas de triangulación. Esto significa que uno de los progenitores puede aliarse con el hijo y utilizarlo contra el otro, hacer que medie en sus disputas o descargar sobre él el estrés matrimonial”* (Iraurgi et al, 2010: 108).

En otra investigación realizada en Nápoles, Italia, por, Salerno, A. titulada “El conflicto conyugal en la familia con hijos adolescentes”, en la cual se pretende explicar las relaciones que se tejen entre la convivencia paterna y la adaptación psicológica de los hijos a través del Modelo Mediacional de Fauber y Colaboradores.

En las conclusiones de este estudio se afirma que *“los conflictos matrimoniales alteran la conducta de los padres con los hijos de tres maneras distintas: (a) provocando la disminución de una disciplina adecuada, (b) generando descuido o incluso rechazo hacia los hijos, y (c) incrementando el control psicológico de los padres sobre los hijos como forma de asegurarse su apoyo. Cada una de estas conductas daría lugar a repercusiones específicas en la adaptación de los hijos como: (a) el aumento de su conducta antisocial, (b) el desarrollo de problemas de conducta, y (c) la aparición de síntomas de ansiedad, depresión o trastornos somáticos, respectivamente. (d) El conflicto matrimonial está vinculado a los problemas de adaptación de los hijos de forma indirecta, a través de la perturbación de las relaciones padres/madres e hijos/as, lo cual repercute en la adaptación psicológica de los hijos a su entorno inmediato”* (Salerno, 1999: 180).

En España se publicó el estudio denominado “La comunicación en la pareja, errores psicológicos más frecuentes”, cuyos autores Lorente, P. y Cano, P., concluyen que el ajuste psicológico de los hijos es el reflejo de la calidad de relaciones entre padre e hijos. Estos autores exponen sus hallazgos en torno a una serie de hipótesis, de la cual se resalta la segunda:

*“La segunda hipótesis establecía que cuanto más perturbadas están las relaciones padres-hijos peor es la adaptación de estos. Los resultados obtenidos sugieren que los hijos presentan un mayor malestar psicológico cuando existe una mayor relación de control de los padres, una menor relación de amor y, especialmente una mayor hostilidad de los padres hacia ellos. Por otro lado, la relación de amor está asociada de forma negativa con las dificultades académicas que presentan los hijos. Estos resultados avalan los datos ofrecidos por diversos autores respecto a la estrecha relación existente entre los estilos parentales o las prácticas de crianza y la adaptación de los hijos”* (Lorente y Cano, 2002: 83).

En el **plano nacional** no se ha encontrado ningún estudio que vincule la variable satisfacción marital y adaptación de los hijos.

El estudio más parecido en el cual se toca de manera indirecta el tema abordado por esta tesis, es el realizado por un equipo de investigadores universitarios de La Paz, en el que se abordó el tema de la satisfacción conyugal y su relación con la violencia. Se demostró que ésta última (violencia) perturba el clima familiar, particularmente, la adaptación de los hijos. En la parte conclusiva de este artículo se indica lo siguiente:

*“Los resultados alcanzados confirman la relación existente entre la satisfacción conyugal y el riesgo de violencia. La correlación negativa es significativa: lo que representa que a mayor satisfacción menor el riesgo de violencia (...) La presencia de los hijos se relaciona con la satisfacción con aspectos emocionales y a la interacción. Esto coincide con la prolongación de la relación de pareja centrada en la crianza de los hijos, el apoyo emocional recibido por la pareja, la implicación paterna y la repartición equitativa de las tareas domésticas explican este incremento de la satisfacción conyugal”* (Aponte et al, 2020: pág. única).

Existen otros estudios que tocan el tema de la satisfacción marital, pero no toman en cuenta la adaptación de los hijos. Por ejemplo, el realizado el 2017 por Pérez Mendoza, Paola Alicia en la UMSA de La Paz, titulado “Satisfacción marital y estrés laboral en mujeres en situación de pareja unida”; otro estudio también realizado en La Paz, titula “Adicción a las redes sociales y satisfacción marital”, ejecutado por Antezana et al (2019).

En cuando al planteamiento en el **plano regional** en el medio tarijeño no se ha encontrado ninguna investigación específica que haga referencia a las variables que se toman en cuenta en esta tesis. Existen algunos estudios generales sobre la relación entre los padres y cómo esto afecta a los hijos. Sin embargo, en estos estudios la relación parental y su implicancia en la psicología de los hijos se la toma de manera indirecta o secundaria, pues no corresponde a ninguno de los objetivos planteados en estos estudios. A modo de ejemplo se citan las investigaciones que tienen mayor parecido con la problemática planteada en esta tesis:

En la Carrera de Psicología de la UAJMS se realizaron tres tesis de grado que abordan en alguna medida el tema de la satisfacción marital y su influencia en los hijos.

Quiroga Tintilay Eliana Onoria en el año 2009 realizó una investigación denominada “Autoestima depresión, satisfacción sexual e interacción conyugal en mujeres que padecen obesidad”. En dicho estudio, en el análisis y discusión de la satisfacción sexual y su implicancia en el clima familiar indica que, a mayor satisfacción sexual, mejor relación conyugal y, a su vez, relación más adecuada con los hijos.

En el año 2011, Iñiguez Ivana Alejandra defendió la tesis de grado titulada “Valoración de la relación entre los estilos de comunicación y satisfacción en la relación de pareja”. En este estudio, en sus conclusiones se indica que a mayor presencia de estilos de comunicación empático y constructivos, mayor satisfacción de pareja, lo cual repercute en una mejor adaptación psicológica de los hijos.

En la tesis titulada “Características que se presentan en la relación que mantienen los padres que trabajan fuera del hogar y durante un número excesivo de horas con sus hijos adolescentes”, Mendoza Pimentel Julia y Torrejón Flores Aydee (2005), indican que las relaciones negativas de los padres de familia, producto del excesivo trabajo, ocasiona que se dé un trato negativo a los hijos y esto, a su vez, ocasiona una mala adaptación de estos al colegio y en la relación con sus amigos y pareja.

Como se ha podido evidenciar, el tema planteado por esta tesis ha sido estudiado ampliamente a nivel internacional, pero no en el plano nacional y menos aún en el regional. Por la importancia del mismo y por lo poco abordado en nuestro medio, se plantea la realización de un estudio con el propósito de dar respuesta a esta pregunta:

¿Cuál es la relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos en el área rural del Departamento de Tarija?

## 1.2. JUSTIFICACIÓN

El estudio de la relación entre la satisfacción marital y la adaptación psicológica de los hijos, tiene **relevancia social** puesto que gran parte de los problemas que enfrentan los hijos, en todas sus etapas, se debe a la mala relación de los padres. En la actualidad la familia está en crisis en todas las culturas, gran parte debido a la insatisfacción marital, la cual actúa como detonante de una serie de problemas que afecta a todos los miembros y ocasiona diferentes tipos y niveles de desadaptación psicológica de los hijos. Esta temática tiene relevancia social, debido a la gran cantidad de personas que se ven involucradas, pues según datos actuales en Bolivia la insatisfacción marital que concluye en divorcio alcanza al 30% en los primeros 4 años y, de manera general, el 70% de las parejas termina separándose. Estos datos reflejan la enorme cantidad de personas que tienen insatisfacción marital y, asimismo, este malestar influye negativamente en la adaptación psicológica de ellos hijos (Sagárnaga, 2019).

Asimismo, el estudio tiene **relevancia científica** pues es un tema de gran interés en la psicología clínica. Son diversos estudios los que han abordado el tema de la satisfacción marital y la influencia que tiene sobre la adaptación psicológica de los hijos. *“Siendo conscientes de que más del 90% de la población mundial se casa al menos una vez en la vida, que el 70% de estos matrimonios engendran hijos, la mitad terminan en ruptura, creemos esencial profundizar en el estudio de esta temática. El identificar los factores que influyen en la satisfacción marital de las parejas y el clima familiar en su conjunto, y cómo dichos factores varían en función de la cultura en la que viva inmersa la pareja, constituye la piedra angular para explicar muchas de las desadaptaciones de los individuos en las diferentes dimensiones y etapas de su ciclo vital”* (Lorente y Cano, 2002).

El presente estudio tiene **justificación teórica** ya que aporta con datos nuevos sobre el tema de la satisfacción marital y la relación que tiene con la adaptación psicológica de los hijos. En esta investigación se detalla, por una parte, el índice de satisfacción marital encontrado en las parejas tarijeñas (área rural), y por otra parte, hace hincapié en el bienestar psicológico de los hijos, como producto del clima familiar. De la misma manera se sondea cómo influye las relaciones paternas en el ajuste diádico de los hijos (grado de entendimiento con la pareja) y, finalmente, se analiza si el grado de comunicación de los padres, repercute en el desarrollo de las habilidades sociales de los hijos.

Si bien esta tesis es de tipo teórico y su meta principal es generar información nueva, los datos de la misma son susceptibles de tener utilidad práctica. Consideramos que la investigación que se reporta en este documento tiene **justificación práctica**, en la medida que los datos que se exponen tienen la posibilidad de ser útiles e interesantes para algunas personas e instituciones, cuyo trabajo o campo de acción tiene que ver con las relaciones maritales y su respectiva implicancia en la adaptación psicológica de los hijos. Al ser el matrimonio la célula de la sociedad, las avenencias o desavenencias de los cónyuges repercuten más allá del plano doméstico, pues los fracasos, como el divorcio, repercuten en el comportamiento de los hijos en su autoestima y vida afectiva. De la misma manera, el éxito de las relaciones conyugales, tiene su correlato en la psicología de los hijos, así como en su desempeño académico y sus relaciones sociales. Entonces, consideramos que los datos de este estudio pueden servir de insumos útiles a instituciones como el Juzgado de Familia, la Secretaría de la Mujer y Familia, Psicólogos del área clínica y padres de familia, deseos de comprender algunos aspectos teóricos de la satisfacción marital y su relación con la adaptación psicológica de los hijos.

# **CAPÍTULO II**

## **DISEÑO TEÓRICO**

## **2.1. PROBLEMA:**

¿Cuál es la relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos en el área rural del Departamento de Tarija?

## **2.2. OBJETIVOS**

### **2.2.1. OBJETIVO GENERAL:**

Determinar la relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos en el área rural del Departamento de Tarija.

### **2.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- 1) Evaluar la satisfacción marital de los padres.
- 2) Establecer el bienestar psicológico de los hijos.
- 3) Analizar el ajuste diádico de los hijos.
- 4) Investigar las habilidades sociales de los hijos.
- 5) Relacionar la satisfacción marital de los padres con el bienestar psicológico, ajuste diádico y habilidades sociales de los hijos.

## **2.3. HIPÓTESIS:**

- 1) La satisfacción marital de los padres se ubica en la categoría “término medio”.
- 2) El bienestar psicológico de los hijos corresponde al “nivel medio”.
- 3) El ajuste diádico de los hijos tiene un nivel “bajo”.
- 4) Las habilidades sociales de los hijos corresponden al nivel “alto”.
- 5) La relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos tiene las siguientes características:
  - 1.1. A mayor satisfacción marital de los padres, mayor bienestar psicológico de los hijos.
  - 1.2. A mayor satisfacción marital de los padres, mayor ajuste diádico de los hijos.
  - 1.3. A mayor satisfacción marital de los padres, mayores habilidades sociales de los hijos.

## 2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALAS
Satisfacción marital: “Satisfacción que tiene un cónyuge hacia el otro con respecto a la interacción conyugal, en donde se toma en cuenta el interés que pone el cónyuge en su pareja”. (Russell y Wells, 1990: 127).	Cohesión familiar.	Grado de integración de la pareja.	Escala de Satisfacción Marital, de Russell y Wells (1990) y adaptado por Domínguez (2012).  Los resultados se expresan en la siguiente escala según los valores totales:  Satisfacción marital baja Satisfacción marital término medio Satisfacción marital alta.
	Admiración/atracción.	Percepción de la pareja y la valoración de su atractivo.	
	Apoyos de la familia.	Apoyo recibido de los miembros de la familia extensa.	
	Asuntos económicos.	Estabilidad económica de la pareja.	
	Autopercepción.	Satisfacción personal de la persona encuestada.	
	Valores.	Existencia de valores tradicionales en la pareja.	
Homogamia.	Circunstancias similares o simétricas en la pareja.		
Bienestar psicológico. “Es el estado mental y emocional que surge del balance de la aplicación, por parte del individuo, de su modelo individual y la forma de adaptarse a requerimientos internos y externos del área físico y social”. (Ryff, 2004: 189).	Auto aceptación.	Sentimiento de bienestar consigo mismo. Ítems: (1,7,8,11, 17,25,34).	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff Carol (2004). Adaptación española de Díaz et al., (2006).  Escala general y por dimensiones:  Nivel Alto: 32 puntos en adelante
	Relaciones Positivas.	Mantener relaciones sólidas socialmente significativas, lazos sociales, confianza con su entorno y tener la capacidad de amar. Ítems: (2, 13, 16, 18, 23, 31, 38).	
	Autonomía.	Capacidad de mantener la individualidad de la persona en diversas condiciones sociales, fundamentado en sus doctrinas y conservando la autoridad individual e independencia	

		permanentemente. Ítems: (3,5,10,15,27).	Nivel Medio: entre 20 y 31 puntos Nivel Bajo: 19 puntos o menos.
	Dominio del Entorno.	Capacidad de control sobre el mundo. Capacidad individual para escoger o generar áreas satisfactorias para nuestras necesidades y deseos. Ítems: (6,19,26,29,32,36,39).	
	Propósito en la vida.	Reconocimiento del propósito y el sentido de la vida acorde a los objetivos conscientes y metas sensatas que den significado a las experiencias del pasado y las que se darán en el futuro. Ítems: (9,12,14,20,22,28,33,35).	
	Crecimiento personal.	Logro del desarrollo y la madurez por medio del impulso de nuestro potencial y consolidando nuestras competencias individuales. Ítems: (4,21,24,30,37).	
Ajuste diádico. “El grado de armonía o ajuste global entre los miembros de una relación de pareja” (Spanier, 1999: 115).	Consenso o acuerdo.	El grado de acuerdo existente entre los miembros de la pareja en áreas importantes para la relación.	Escala de Ajuste Diádico (DAS, Graham B. Spanier, 1999).  El ajuste diádico, por dimensiones y de manera global, se mide en base a esta escala:  1. Muy bajo.
	Armonía o satisfacción.	El grado de satisfacción con la relación entendida como frecuencia y grado de las discusiones, satisfacción con la relación actual y el compromiso para continuar con la misma	
	Satisfacción afectiva / sexual.	El nivel de satisfacción placentera que le depara la relación en el momento actual.	

	Expresión de afecto.	Se refieren a demostraciones conductuales de cariño.	2. Bajo. 3. Medio. 4. Alto. 5. Muy alto.
Habilidades sociales. “Conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes, en situaciones específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal, sus sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza las posibilidades de conseguir un refuerzo externo” (Gismero, 2002: 49).	Autoexpresión en situaciones sociales.	Habilidades de expresarse uno mismo de manera espontánea y sin ansiedad en diversas situaciones, ya sea en una entrevista laboral o en una reunión social. Ítems: 1,2,10,11,19,28,30.	Escala de habilidades sociales(EH) De Gismero Gonzales Elena (2002). Escala.
	Defensa de los propios derechos como consumidor.	Capacidad de expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo (no dejar colarse a alguien en una fija o en una tienda, pedir a alguien que habla en el cine que se calle, pedir descuentos, devolver un objeto defectuoso, etc.).Ítems: 3,4,12,21,30.	Habilidades sociales a nivel:  Alto. Medio. Bajo.
	Expresión de enfado o disconformidad.	Capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y / desacuerdos con otras personas. Ítems:13,22,31,32.	
	Decir no y cortar Interacciones.	Habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (con un vendedor, con amigos, etc.), negarse a prestar algo, etc. Ítems:5,14,15,23,24,33.	
	Hacer peticiones.	Expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo (que nos devuelva algo que le prestamos que nos	

		haga un favor) o en situaciones de consumo (en un restaurante, en una oficina pública, etc.).Ítems:6,7,16,25,26.	
	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.	Habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto ( una conversación, pedir una cita...) y de poder hacer espontáneamente un cumplido un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo).Ítems:8,9,17,18, 27.	

# **CAPÍTULO II**

## **MARCO TEÓRICO**

### 3. MARCO TEÓRICO

En este capítulo se aborda la parte teórica del documento, al ser este acápite un gran aporte a la fundamentación conceptual de la investigación, se hace referencia de manera precisa a investigaciones sobre el tema, así como a las teorías de los diferentes autores de los cuales se toman los instrumentos para el acopia de los datos. Entre las dimensiones que forman parte de esta investigación: ajuste diádico, estilos de resolución de conflictos, alianza parental, inteligencia emocional. Al final del capítulo se presentan las principales investigaciones encontradas sobre el tema de estudio.

#### 3.1. SATISFACCIÓN MARITAL

##### 3.1.1. Concepto de satisfacción marital.

La **satisfacción marital** entendida como el grado de adaptación o entendimiento entre los miembros de la pareja, es un indicador imprescindible para caracterizar la calidad de la relación entre los cónyuges. Reviste particular interés conocer sí en las segundas nupcias el nivel de entendimiento de las parejas es igual, mejor o peor que en las primeras. La definición de satisfacción marital es la que dice: “*Satisfacción que tiene un cónyuge hacia el otro con respecto a la interacción conyugal, en donde se toma en cuenta el interés que pone el cónyuge en su pareja*” (Russell y Wells, 1990: 127).

Si hacemos hincapié en la definición de satisfacción marital nos referimos a la actitud del individuo hacia su pareja y la relación o a los sentimientos de la relación que refleja uno de los cónyuges mediante juicios evaluativos. Así pues, la noción de satisfacción marital es subjetiva, ya que está relacionada con la propia vida, la personalidad individual de cada uno y las expectativas sobre las relaciones conyugales. Se trata de uno de los indicadores más extensamente estudiados de la felicidad y estabilidad de las relaciones. Así, ésta evaluación global puede ser un reflejo de cómo es de feliz la gente en sus matrimonios en general o una combinación de la satisfacción con diversos aspectos específicos de la relación. Es importante el estudio de la satisfacción marital porque ésta predice la felicidad global, por encima y más allá de otros tipos de satisfacción; predice también el bienestar psicológico y la salud física, y puede servir de amortiguador para los acontecimientos vitales estresantes (Russell y Wells, 1990).

Hay que tener en cuenta que, aunque las causas de la felicidad en las mujeres y en los hombres son iguales, las mujeres son de media más felices que los hombres. Lo que podría explicar también el hecho de que el matrimonio haga más felices a las mujeres que a los hombres; ya que las mujeres son más felices que los hombres según las estadísticas. Durante los años ochenta y noventa, decenas de investigadores de todo el mundo han estudiado sistemáticamente la felicidad y la satisfacción con la vida (o el bienestar subjetivo) de varios cientos de miles de sujetos. Dichos estudios concluyeron que las relaciones personales cercanas, incluyendo el matrimonio, están relacionadas con una vida feliz y con la salud. *“Existe una gran multiplicidad de variables que se asocian con la felicidad, como es por ejemplo el hecho de que los ingresos están débilmente relacionados con la felicidad: las personas con ingresos altos son ligeramente más felices que los que tienen bajos ingresos, y la gente en los países ricos son ligeramente más felices que la gente de los países del tercer mundo. Se demostró que las condiciones sociales, tales como la libertad política y la estabilidad también afectan de manera positiva a la felicidad; mientras que, como parece lógico, la guerra tiene efectos negativos. La educación y pertenecer a un grupo profesional con prestigio son también ligeramente beneficiosos. Pero también se sabe que los desempleados son menos felices que los que trabajan, lo que podría tener que ver con que las personas necesitan sentirse autorrealizadas para considerarse felices, o que el trabajo es un bien esencial para poder mantener estable una relación y una familia”* (Russell y Wells, 1990: 128).

### **3.1.2. Dimensiones de la satisfacción marital.**

Estas son las dimensiones a través de las cuales se analiza la satisfacción marital:

#### **1.- La homogamia.**

Para que los miembros de la pareja sean compatibles ha de existir un complejo engranaje de dos tipos de características: 1) rasgos complementarios, es decir, la posesión por parte del compañero de recursos y habilidades que difieran de las propias; en una especie de división del trabajo entre los sexos, especialización y división de la que se benefician ambos miembros de la pareja; y 2) aquellos rasgos que son cruciales y que tienen mayores probabilidades de encajar de forma cooperativa con las características personales propias, siendo entonces, los más parecidos a uno mismo.

Por tanto, una solución al problema de la compatibilidad es, buscar lo similar en la pareja (las características personales más parecidas a las propias); ya que la búsqueda de un compañero

similar ofrece una elegante solución al problema adaptativo de crear compatibilidad en la pareja, de modo que los intereses de ambos se hallen alineados al máximo en la persecución de objetivos comunes. Así, si buscamos a un compañero de características similares a las nuestras, será más fácil alcanzar la complementariedad de habilidades.

Nos estamos refiriendo al concepto de homogamia, es decir, a la tendencia a seleccionar otros similares a uno mismo como compañeros. Esta preferencia universal en el apareamiento se ha encontrado, además de en los seres humanos, en insectos, aves y primates (Russell y Wells, 1990).

La palabra homogamia está compuesta por el sufijo de origen griego “gamos”, que significa unión o matrimonio, y por el prefijo del mismo origen “homo” que significa igual o mismo. Por lo tanto, la combinación de “homo” y “gamos” da como resultado “unión entre iguales”. *“Si la homogamia designa la tendencia de hombres y mujeres a unirse a un compañero de similares afinidades sociales, entonces existen ciertos mecanismos sociales que regulan los comportamientos relacionados con la elección de las parejas, lo que asegura la reproducción de la estructura social de clases. Por esta razón, la homogamia se considera un indicador del nivel de apertura social. Cuanto más bajo es el nivel de homogamia, es decir, cuantas más uniones entre personas de diferentes clases sociales existen, más abierta es una sociedad y menos relevantes son las barreras entre los distintos grupos. Teniendo esto en cuenta, la homogamia funciona como un mecanismo de reproducción intergeneracional de la desigualdad; es decir, las sociedades homogamas reproducen más rígidamente la estructura social porque las ventajas y desventajas se transmiten a través de las generaciones. Entonces, esta tendencia en la elección de cónyuge favorece la transmisión diferencial de recursos económicos, sociales y culturales de una generación a otra”* (Russell y Wells, 1990: 130).

## **2. Valores y personalidad.**

El emparejamiento selectivo de acuerdo con la personalidad puede ser: positivo, basado en la atracción hacia un/a compañero/a en función de la semejanza en personalidad con uno mismo; o negativo (o emparejamiento no selectivo), basado en la atracción hacia la no semejanza en personalidad con el compañero/a. Este último tipo de emparejamiento tendría que ver con lo que supone la teoría complementaria. Se ha demostrado que la similitud en los rasgos de personalidad genera atracción interpersonal, lo que determina tanto los estados iniciales de la relación como el desarrollo posterior de la misma. Habría dos formas de desarrollar la similitud

en los patrones de relación de los cónyuges: desde el principio o a lo largo del tiempo. Por eso, la gente ha podido elegir a su pareja porque comparten patrones similares de relación, basados en el supuesto de que, si ambos tienen la misma visión de las relaciones cerradas, estarán más satisfechos (Russell y Wells, 1990).

El concepto de homogamia en oposición al de complementariedad ha sido apoyado por la gran mayoría de estudios que muestran que la compatibilidad entre las personalidades de los cónyuges es un factor importante para lograr mantener la satisfacción marital; la similitud en la personalidad de los cónyuges de la pareja contribuye al bienestar subjetivo de ambos. La similitud en diversas variables personales está asociada a una mayor satisfacción en la pareja. Los patrones similares entre las parejas son mucho más relevantes, como: su pasado, intereses, actitudes y valores, que las características de personalidad. Según algunos estudios la semejanza en personalidad entre los miembros de la pareja es más débil que la semejanza en actitudes y pasado de la persona (Russell y Wells, 1990: 135).

*“De manera general, la similitud en personalidad entre los cónyuges asegura matrimonios más felices y un mayor bienestar de los hijos de estas parejas.*

*Recientes estudios demuestran que no existe relación entre la personalidad similar y la satisfacción en la relación. Las personalidades similares no están relacionadas con la satisfacción marital. Cuantos mayores niveles de similitud hay, se producen mayores decrecimientos en la satisfacción a lo largo de los próximos doce años. Tener personalidades similares supone una desventaja, ya que los cónyuges pueden competir uno con el otro con rendimientos similares, y terminar enfrentándose cuando intenten llevar a cabo la misma tarea. O pueden no estar de acuerdo en cómo ha de realizarse esa tarea si los dos tienen personalidades dominantes. Las parejas con personalidades menos similares pueden tener una amplia gama de habilidades que ofrecer y pueden tener mayor capacidad de dividir las tareas y conseguir objetivos con un menor nivel de conflicto”* (Russell y Wells, 1990: 140).

### **3. Atracción y atractivo.**

Las parejas tienden a emparejarse por similitud en atractivo (aunque manifiestan que el atractivo va cambiando con el paso de los años en la vida de la persona). Esto se debe entre otras cosas, a que cuando se aparean dos personas con genes similares, se garantizan un mayor grado de relación genética en su descendencia. De esta manera, si un descendiente recibe el cincuenta por ciento de los genes de la madre, y el cincuenta por ciento de los genes del padre; y ambos

comparten un alto grado de similitud genética, entonces la homogamia da a cada padre/madre una similitud genética mayor al cincuenta por ciento en su descendencia.

Las personas primero buscan un compañero similar en atractivo y después ponen en marcha otros procesos de selección conyugal. Esto implica que para detectar compañeros homógamos, el individuo ha de utilizar mecanismos basados en hacer observaciones fenotípicas de los demás y hacer juicios sobre la similitud con sus propias características (Russell y Wells, 1990).

Los seres humanos tienden a mostrar similitudes conyugales en numerosas características morfológicas. Las personas tienden a elegir como pareja a personas con un genotipo similar al suyo, siendo el apareamiento selectivo una manifestación de esta tendencia. El atractivo es una rápida estrategia de selección conyugal porque permite descartar muchos candidatos instantáneamente. Por eso, la apariencia física juega un papel importante en la atracción interpersonal; aunque es importante en el desarrollo de futuros matrimonios, pero no durante el matrimonio en sí.

Las señales de mala salud, como las llagas, las lesiones y la palidez inusual se consideran poco atractivas de forma universal; pero también las malas condiciones físicas, como los malos hábitos de aseo o tener enfermedades venéreas, se consideran características extremadamente indeseables en un compañero. Es por esto que los estándares de belleza tienen que ver con la salud en general, y en el caso de los hombres, con la juventud (que está relacionada con el valor reproductivo de la mujer).

*“De hecho, como explica Darwin en su teoría de la selección sexual, los animales que carecen de las características deseadas por el otro sexo, son excluidos del emparejamiento y sus genes desaparecen.*

*Por eso en épocas ancestrales, que una mujer eligiera un compañero con mala salud o tendencia a enfermedades tenía cuatro consecuencias: primero, ella y su familia corrían el riesgo de ser contagiados; segundo, el compañero era menos capaz de desarrollar funciones esenciales y proporcionar beneficios cruciales para ella y sus hijos, como alimentos, protección, cuidados sanitarios y educación de los niños; tercero, su compañero corría más riesgo de morir, cortando de manera prematura el suministro de recursos y obligándola al esfuerzo de buscar otro compañero; y cuarto, si la salud se hereda en parte, corría el riesgo de transmitir a sus hijos genes que les provocaran mala salud. Por lo tanto, preferir una pareja sana soluciona el problema de la supervivencia del compañero y asegura los recursos a largo*

*plazo. Aquí tenemos que tener en cuenta que las preferencias de emparejamiento femeninas actuales se corresponden con los problemas adaptativos a los que nuestros antepasados tuvieron que enfrentarse hace miles de años” (Russell y Wells, 1990: 144).*

#### **4. Percepción y autopercepción.**

En general, las investigaciones sobre cognición en el matrimonio se han centrado en los efectos de los estilos atribucionales y las creencias sobre el matrimonio. Los modelos operativos internos (definidos como representaciones o esquemas que un individuo tiene de sí mismo y de los otros) guían la manera en que se funciona en los diversos contextos interpersonales, sobre todo en aquellos que propician la intimidad. Las personas que tenían gran cantidad de creencias disfuncionales sobre las relaciones están menos satisfechas en sus matrimonios que quienes no las tenían. De esta manera, los estándares ideales sobre cómo debe ser una pareja pueden afectar tanto al inicio de la relación como al mantenimiento de las relaciones (Russell y Wells, 1990).

*“Las tres características más altamente valoradas en una pareja tanto por los hombres como por las mujeres son “amable y comprensivo/a”, e “inteligente” y “personalidad emocionante. (...) En otro estudio se encontró que las diez características más altamente valoradas fueron: “buen compañero/a”, “considerado/a”, “honesto/a”, “cariñoso/a”, “fiable”, “inteligente”, “amable”, “comprensivo/a”, “interesante” y “leal”. También percibir que el cónyuge tiene una amplia gama de habilidades sociales aumenta la satisfacción marital. Todas estas características ideales de pareja influyen en la futura elección, y en el mantenimiento posterior de la relación” (Russell y Wells, 1990: 164).*

Sin embargo, otro estudio ha descubierto que las personas con mayores expectativas sobre su matrimonio, por lo general, disfrutaban de relaciones de mayor calidad. Las parejas románticas están más satisfechas con sus relaciones cuando tienen altos ideales sobre la relación, los cuales llevan a que los cónyuges realicen comportamientos que conduzcan a estas expectativas. Las expectativas positivas llevan a la gente hacia resultados positivos; por lo que, en una relación de pareja las expectativas positivas son necesarias para un buen funcionamiento diádico. Las valoraciones positivas son más probables en parejas con una alta satisfacción marital (Russell y Wells, 1990).

## **5. Apoyos externos.**

Altos niveles de apoyo social se asocian a altos niveles de satisfacción en la relación. Ya que cuando descienden los niveles de apoyo social de la pareja, disminuye la satisfacción marital tanto de las mujeres como de los hombres. A nivel individual, el apoyo social actúa como una ayuda psicológica frente al estrés y la angustia, ya que funciona como una barrera para la tensión; reduciendo así los efectos nocivos del estrés en la salud mental y la salud física. Aunque funciona como un protector frente al estrés de los hombres más que de las mujeres, lo que podría explicarse si tenemos en cuenta que las mujeres son tradicionalmente un apoyo más fuerte para los hombres.

Por eso, en presencia de un factor crónico, lo que suelen hacer las parejas es recurrir a redes de apoyo social para reducir las posibles consecuencias del estrés. Por tanto, hay que tener en cuenta las redes de apoyo social con las que cuenta la pareja para poder predecir su satisfacción en la relación; ya que existen demasiadas evidencias que corroboran esta asociación. Cuanto más apoyo externo tiene la familia, más satisfechos se encuentran los cónyuges en esa relación. Las parejas jóvenes que consideran a sus familias puntos de apoyo y de calidez, están más satisfechas con sus relaciones (Russell y Wells, 1990).

*“Existen tres dimensiones centrales del apoyo social: el apoyo emocional (expresiones de preocupación, poder expresar los sentimientos, etc.), el apoyo instrumental (ayudas económicas, tareas del hogar, etc.) y el apoyo informativo (consejos o información útil). Los tres tipos de apoyo tienen un efecto beneficioso para la salud mental cuando el individuo tiene que enfrentarse a eventos estresantes de la vida.*

*Tan importante es el apoyo social para el individuo que se sabe que incluso, mejora el funcionamiento neuroendocrino, cardiovascular e inmunológico. Como el apoyo social actúa como un factor protector, los resultados señalan que también ayuda a disminuir el conflicto trabajo- familia; sobre todo el apoyo del esposo, el servicio doméstico y la ayuda de los familiares” (Russell y Wells, 1990: 167).*

## **6. Factores económicos.**

Esta variable se refiere a los factores económicos que rodean a la pareja, no a nivel individual, sino a nivel marital. Así, la relación entre un nivel socioeconómico bajo y unas mayores probabilidades de divorcio han sido comprobada en varios estudios internacionales. Ésta se da a través de dos mecanismos: a) por una parte, las personas de menor nivel económico tienen

menor acceso a la educación, la que provee de mayores recursos sociales para resolver conflictos; b) por otra parte, la falta de ingresos genera estrés en las relaciones interpersonales, lo que puede ser fuente de inestabilidad.

*“La situación económico-laboral puede ser un elemento de conflicto dentro de la relación, ya que puede causar estrés -ya sea por el exceso de trabajo o por la falta de recursos económicos para los gastos cotidianos de la pareja-, siendo este aspecto un fuerte detonante de divorcio. Aunque muchos estudios demuestran que el nivel de satisfacción de las parejas no está relacionado con la cantidad de dinero que poseen, sino en la forma en cómo lo utilizan. Pero, es obvio que el ámbito económico-laboral delimita el tipo de actividades que pueden llevar a cabo los miembros de la relación.*

*Se ha comprobado también que esta variable es más importante para los hombres que para las mujeres, ya que los hombres con altos ingresos disfrutaban más del matrimonio que los hombres que ganan menos; por lo que la seguridad financiera es un factor importante para que los hombres disfruten más de sus relaciones conyugales. Aunque también el dinero provoca más conflictos en las parejas jóvenes que en las que llevan más años casados” (Russell y Wells, 1990: 173).*

### **3.2. ADAPTACIÓN PSICOLÓGICA**

Se emplea generalmente la palabra adaptación para significar que se está a tono con la situación presente, aun cuando implique hacer algo contra la voluntad de la persona que no esté a tono con la situación presente. Con esto se relaciona muchas veces la idea de actuar conforme a un determinado grupo social al que se pertenezca, o en el que uno quiera o espere integrarse, el no sentir la extrañeza o el rechazo de un sector en el que se está integrado o se aspira a ello, y el alcanzar metas que comúnmente se consideran de valor. Para Piaget, un estudioso de este tema, *“la adaptación consiste en abrir el medio donde el hombre florezca, y consiste eventualmente en obtener de la sociedad misma que cree las "desembocaduras" apropiadas a este florecimiento”* (Piaget, 1966, citado por Coelho et al, 2004: 55).

Toda adaptación implica mantener un estado de equilibrio, o definir un nuevo estado de equilibrio (que ha de concebirse en forma dinámica). Todo proceso de adaptación del organismo está ordenado, por la pérdida de homeostasis, pero entraña una movilización de los recursos, que se traduce en múltiples pérdidas de homeostasis. Hay que tener en cuenta que toda adaptación particular implica otras adaptaciones simultáneas dentro de la compleja organización

de la personalidad. Por ello se exige como condición necesaria previa el ajuste de las relaciones internas a la personalidad. Un sujeto con una patología irreparable tendrá siempre una incapacidad para integrar su personalidad y para lograr una adaptación (Coelho et al, 2004).

Pero la adaptación no corresponde sólo a una perfección de la personalidad. Esto sería la situación ideal, que no se da prácticamente en ninguna persona. *“La llamada normalidad psíquica abarca un variado continuo de modalidades en la estructuración de la personalidad, de las que sólo en un sentido relativo puede decirse que están bien adaptadas. Cuando se habla de adaptación anormal se indica que se está relativamente lejos de la integración ideal. Sólo podemos percibir el grado de integración por debajo del cual consideraríamos anormales todos los casos, y por encima del cual los consideraríamos normales. Además, la adaptación supone más bien un prepararse o capacitarse para situaciones que el alcanzar un estado ideal perfectivo y cerrado. Por esto la adaptación comportamental se ajusta a un medio exterior a ella: el mundo técnico y social. Este medio exterior varía. Por eso la adaptación implica una acomodación (variación interna en función de la variación externa). Para que haya acomodación tiene que haber asimilación (ajuste de las relaciones externas a las internas). Por eso la adaptación implica un ajuste recíproco y continuo de las relaciones internas”* (Coelho et al, 2004).

En esta investigación, la adaptación psicológica se la mide a través de las variables: bienestar psicológico, ajuste diádico y habilidades sociales.

### **3.3. BIENESTAR PSICOLÓGICO**

#### **3.3.1. Concepto.**

El concepto de bienestar ha sido determinado por diferentes autores y perspectivas, quienes refieren al bienestar como un conjunto de juicios de valor, así como de reacciones de carácter emocional referentes al nivel de agrado, positivismo y satisfacción, resultado de las experiencias de vida. En este estudio se adopta la definición planteada por Ryff (2004) que indica que **bienestar psicológico** es *“el estado mental y emocional que surge del balance de la aplicación, por parte del individuo, de su modelo individual y la forma de adaptarse a requerimientos internos y externos del área físico y social. Además, vincula el bienestar con las creencias que dirigen las actividades de los seres humanos y el sentido otorgado a las vivencias pasadas. Asociado a esto, está el bienestar con tener vivencias admitidas tanto comprendidas emocionalmente como de manera cognitiva de modo beneficiosa, con la habilidad de evitar*

*algunas estimadas como incorrectas y con la capacidad de acomodarse a diferentes situaciones con tolerancia” (p.189).*

### **3.3.2. Perspectiva Hedónica del bienestar subjetivo.**

El bienestar subjetivo se considera como el valor en el que un individuo está complacido con los diferentes aspectos vividos, conformado por satisfacciones, placeres y evitaciones ante el dolor. Para llegar a este bienestar el individuo hace una evaluación tanto a nivel cognitivo como emocional. El bienestar subjetivo es el producto de las terminaciones cognitivas y afectivas que la persona hace, en relación con lo que piensa y siente acerca de su propia vida. Normalmente, se menciona “felicidad” al bienestar experimentado cuando están implicados en acciones interesantes y cuando están orgullosos con sus vidas. El Bienestar Subjetivo está sustentado por tres particularidades elementales: el carácter subjetivo (experiencias vividas de la persona); la inclusión de medidas positivas, y, por último, la dimensión global (basada en la valoración global de las diferentes áreas de la vida del individuo).

Existe una probabilidad alta que el sujeto juzgue su vida como satisfactoria en la manera que haya tenido más experiencias atractivas a lo largo de su vida, por ende, es el que tiene mayor bienestar subjetivo. De lo contrario, las personas que evalúan su vida como negativa y perjudicial, son las más “Infelices”. En el bienestar subjetivo se distinguen dos importantes componentes, el cognitivo (valoración de tipo racional, que el individuo ejecuta sobre las propiedades que componen su vida) y el componente afectivo, moldeado por el afecto positivo (cariño, la alegría, el optimismo, entre otros) y ausencia del afecto negativo (como la ansiedad, la envidia, la tristeza, preocupación, entre otros). El aspecto afectivo se enfoca a esos sentimientos y emociones que la persona vivencia de manera inmediata, haciendo referencia al plano hedónico. La conformidad con la vida está compuesta en su totalidad por elementos cognitivos, definiéndose así, como el “*proceso valorativo que el individuo hace sobre el grado en el que ha logrado los objetivos anhelados en su existencia*” (Ryff, 2004: 190).

### **3.3.3. Variables que influyen en el bienestar subjetivo.**

Muchos estudios se centran en exponer cuáles son los componentes que pueden determinar el bienestar subjetivo de una persona. A continuación, se desarrollan brevemente las variables sociodemográficas que influyen en el bienestar subjetivo:

**Edad:** se ha demostrado que a medida que se aumenta la edad de los sujetos, se mejora la satisfacción con la vida, porque los éxitos alcanzados a lo largo de la vida manifiestan ser más

valorados en las personas con más edad (hasta la edad de 50-60 años). Después de esta edad la satisfacción disminuye pues a medida que se incrementa la edad, decae la salud, se dan la muerte de familiares, sobreviene la jubilación, etc.

**Género:** La mayoría de los estudios resaltan que la satisfacción con la vida es sensible al género de la persona, pues de manera general los hombres manifiestan mayor satisfacción con la vida que las mujeres.

**Nivel de Ingresos:** Existen pruebas que demuestran la relación existente entre ingresos y bienestar subjetivo. La pobreza y escasez en general afecta negativamente al bienestar psicológico, puesto que favorece la tragedia, pero la exuberancia no certifica la felicidad.

**Nivel educativo:** Algunos estudios mencionan que existe una relación positiva entre la educación y el bienestar subjetivo, pues a medida que sube la una, también sube la otra. Sin embargo, hay otras explicaciones colaterales, pues en esta relación no sería lo protagónico el nivel educativo, sino la cantidad de dinero y bienes materiales asociados a los niveles educativos altos. Por ejemplo, las personas que pierden su empleo, teniendo un alto nivel educativo, presentan altos niveles de estrés debido a sus elevadas expectativas.

**Estado civil:** Hay estudios que demuestran que el matrimonio es un predictor importante del bienestar subjetivo. Según muchos estudios, los sujetos casados presentan un nivel de satisfacción mayor con la vida, que las personas solteras, divorciadas o viudas, destacando que las mujeres muestran más agrado que su cónyuge (Ryff, 2004).

### **3.3.4. Dimensiones del bienestar subjetivo.**

La principal representante del bienestar subjetivo ha sido Carol Ryff, quien se refiere al bienestar psicológico como el esfuerzo para desarrollar las propias capacidades y potencialidades, para que de este modo la vida alcance su propio significado, para lograr con esfuerzo y superación metas valiosas, a pesar de las adversidades de la vida, al mismo tiempo desplegó un modelo multidimensional de bienestar psicológico, comedido por seis dimensiones, que se explican a continuación.

- 1. Autoaceptación.** Poseer cualidades positivas desde la óptica de uno mismo es una particularidad primordial del bienestar psicológico positivo. Las personas pretenden sentirse bien consigo mismas inclusive si son conscientes de sus propias restricciones, por lo que implica aceptar las restricciones como las virtudes. Este es un indicador clave de salud mental, de autorrealización, así como de funcionamiento óptimo y de madurez, que se

engloba en las extensiones tanto calificativa (autoestima) como de imagen (autoimagen). Tener una alta autoaceptación conlleva el tener condiciones positivas hacia uno mismo; igualmente se conoce y se acepta como es, con sus moralidades y sus fallas y se encuentra a gusto, con sus experiencias vitales, por otro lado, los sujetos con baja autoaceptación se sentirían desanimadas con ciertas características personales, sentimientos de insatisfacción consigo mismas, decepción de sus experiencias vitales y deseos de ser diferentes.

2. **Relaciones positivas.** Las personas deben mantener relaciones sociales estables, donde la capacidad para amar sea un factor clave en el bienestar y en la salud mental, favoreciendo también el crecimiento personal. De hecho, la reclusión social, la soledad y falta de apoyo, están relacionadas con el peligro de soportar una enfermedad y reducir el tiempo de vida. Los individuos autorrealizados se caracterizarían por poseer una alta capacidad empática, sentimientos de afecto por los demás, así como capacidad para amar y tener sólidas y positivas amistades, basadas en el afecto, la satisfacción y confianza en los otros, así mismo estos individuos se preocupan por el bienestar de los demás. Por el contrario, las personas con pocas relaciones sociales satisfactorias se distinguen por sentirse poco cercanos a los demás, sospechar de las relaciones interpersonales, apreciar problemas para sentir afecto e inquietud por otros individuos, aislarse socialmente, así mismo pueden estar frustrados por sus interacciones interpersonales, o por no tener suficiente disponibilidad para conservar vínculos sólidos con los demás.
3. **Dominio del entorno.** Es la capacidad para afrontar escenarios de la vida diaria, consintiendo en construir el medio para complacer las necesidades y ambiciones propias. También se define como la destreza personal para preferir o crear entornos propicios para compensar las necesidades propias. Los individuos que tengan un alto dominio en esta dimensión poseen una mayor sensación de control sobre el mundo e influye sobre el contexto que los rodea, experimentan una mayor motivación personal y una mayor autodeterminación, lo que permite que sean capaces de influir y provocar cambios en el contexto que les rodea, aprovechando las oportunidades que este les ofrece y crear argumentos adecuados para el deleite de las propias necesidades y valores. Al contrario, los individuos con bajo potestad del entorno las cuales presentan conflictos para manipular los hechos cotidianos tienen sentimientos de incapacidad para cambiar o perfeccionar el

entorno, desperdician las oportunidades que se les presentan y declaran una falta de percepción de control con respecto al mundo exterior.

- 4. Autonomía.** Se refiere a las personas que tienen sentido de independencia y autorregulación, que, para mantener su propia individualidad en los diferentes contextos sociales, necesitan afirmar su convicción y su independencia y autoridad personal, resistiendo a la presión social. Este concepto apunta a la dependencia entre voluntad y acción o al grado en que el individuo se siente libre para colocar en marcha actuaciones de su elección, en la que se requiere un nivel de capacidad cognitiva que permita tomar decisiones libremente elegidas y conscientes. Los individuos con un nivel alto de autonomía, se caracterizan por sostener su propia individualidad en los diferentes contextos, son capaces de soportar en gran medida la presión social y guiarse por modelos autorreferidos (propias creencias y convicciones), conservando la libertad y la potestad personal. Un módulo clave de la autonomía es el control emocional, que lleva a las personas a actuar por sus impresiones y emociones, las personas autónomas poseen una alta capacidad para autorregular su comportamiento, en cambio las personas con baja autonomía se sienten fuertemente influidos por las opiniones de los demás y se doblegan a las presiones sociales con correlación a cómo pensar y actuar.
- 5. Propósito en la vida.** Implica tener objetivos claros y metas realistas que otorgan de significado las experiencias y el vivir de la persona, dotándola de sentido, las personas con un propósito de vida se distinguen por tener objetivos en la vida y ambiciones de llevar hacia su realización. Por el contrario, las personas con bajo propósito de vida, presentan conflictos para hallar sentido a su vida, con pocos objetivos y metas vitales, sus deseos de alcanzarlos son bajos; además, de una insuficiente evidencia a la hora de atribuir significado a la propia vida. Paralelamente, el propósito en la vida de un adulto es un constante desafío, ya que la persona decide qué actitud tomar frente a la vida y determina a donde ir, estrechamente vinculado al precio de la vida.
- 6. Crecimiento personal.** Capacidad para conocer el propio potencial y estar al tanto de cómo desplegar nuevos recursos y potencias, a su vez abarca sentimientos positivos hacia el incremento y la madurez por medio del impulso del propio potencial y el fortalecimiento de las habilidades, afrontando nuevos retos particulares que le permitan progresar como individuo. Los sujetos con un alto crecimiento personal se caracterizan por sentir la necesidad de estar desarrollándose permanentemente, se hallan sinceros a nuevas

experiencias, aprecian que están manifestando todas sus potencialidades y capacidades, observan ascensos en ellos mismos y en su comportamiento con el paso del tiempo, administran sus esfuerzos hacia la obtención de un mayor autoconocimiento y una mayor autoeficacia. En cambio, los sujetos con un bajo crecimiento personal perciben una sensación de detención personal, sienten que no están prosperando o desarrollándose con el lapso del tiempo, desanimados y desprendidos con respecto a su propia vida e incapaces de efectuar nuevas actitudes o conductas (Ryff, 2004).

### **3.4. AJUSTE DIÁDICO**

El ajuste diádico, definido como “*el grado de armonía o ajuste global entre los miembros de una relación de pareja*” (Spanier, 1999: 115), ha tenido, sin ninguna duda, un lugar protagonista en el estudio de la calidad de las relaciones de pareja. El modelo más ampliamente aceptado es el propuesto por Spanier en 1999, en el que el ajuste diádico se compone de cuatro aspectos: el consenso, la satisfacción, la cohesión y la expresión de afecto. Estudiar el ajuste diádico implica analizar el grado de armonía en la relación, la cual está compuesta por ejemplo por el disfrute conjunto y la frecuencia de la interacción (realización conjunta de actividades cotidianas como comer, salir, etc.), el grado de consenso en objetivos vitales, amigos y toma de decisiones importantes, o la presencia de pensamientos y/o iniciativas de romper la relación; la comunicación en la pareja, frecuentemente valorado por la frecuencia, gravedad y estilo de resolución de los conflictos; y el clima emocional, cuyos indicadores frecuentes son: tipo de apego, pasión, seguridad, disfrute conjunto, cohesión conyugal, apoyo conyugal, compromiso o la presencia de problemas relacionales importantes como irascibilidad, celos, posesividad, falta de implicación en la vida familiar y/o conductas irresponsables (Spanier, 1999).

A continuación, se profundiza en cada uno de los componentes del ajuste diádico que propone el modelo propuesto por Spanier y que, como se dijo, se trata del modelo que goza de una mayor aceptación entre los investigadores interesados en evaluar la calidad de las relaciones de pareja.

#### **3.1.1. Consenso.**

El consenso diádico se refiere al grado de acuerdo entre los miembros de la pareja en diferentes ámbitos importantes de la vida en pareja como, por ejemplo, el tiempo y las actividades de ocio, las relaciones con amistades y familiares, el reparto de las tareas domésticas, la filosofía de vida, las relaciones sexuales, el manejo del dinero o la toma de decisiones importantes. Se trata de una dimensión de las relaciones de pareja muy relevante, ya que se relaciona positivamente con

otros indicadores de calidad de la relación, como el clima emocional o la frecuencia y estilo de resolución de conflictos. Por ejemplo, con respecto a la realización de las tareas domésticas, la satisfacción con la división de las tareas se relaciona positivamente con la intimidad afectiva y negativamente con la conflictividad conyugal (Spanier, 1999).

*“Otro ámbito importante de la relación de pareja donde el acuerdo entre los miembros se muestra como una dimensión relevante son las relaciones con otras personas importantes para los miembros de la pareja. Así, la relación de pareja se desarrolla dentro de una red social más amplia compuesta por personas significativas con las que se establece algún tipo de relación o se realiza algún tipo de actividad, por lo que el acuerdo sobre las relaciones con familiares y amigos se trata de una dimensión importante en la valoración global del ajuste. La red de amigos y familiares constituye un recurso importante y una fuente de satisfacción, sirviendo de apoyo tanto emocional como instrumental en momentos de necesidad. En esta dirección se ha encontrado que la percepción de aprobación por parte de los amigos de la pareja y los vínculos con la familia política se asocia con la estabilidad de la relación”* (Spanier, 1999: 47).

En los hombres, la implicación con la familia de origen se relaciona con una mayor calidad de la relación de pareja, mientras que la red de amistades no tiene esta influencia. Para las mujeres, una mayor red de parientes se asoció en este estudio a mayores conflictos de pareja. Por otro lado, la familia de origen también ejerce una influencia importante en todo lo que tiene que ver con la vida en pareja. En concreto, la experiencia de la pareja que formaron los padres de cada miembro de la pareja ejerce una notable influencia en lo que cada uno de ellos aporta a la relación y espera recibir de ella. En este marco, el acuerdo sobre el tipo de relación que se mantiene con la familia de origen ocupa uno de los lugares protagonistas de cara al devenir de la relación. Con mucha frecuencia, los abuelos representan una ayuda muy valiosa para madres y padres a la hora de afrontar las tareas relacionadas con la crianza de los hijos e hijas. No obstante, muchas veces la pareja se verá en la necesidad de hacer frente al cuidado de sus padres ancianos o dependientes, o incluso al apoyo a familiares con problemas tales como el paro prolongado o la enfermedad. Los acuerdos sobre la forma y la frecuencia de interacción con las familias de origen exigirán habilidades de negociación que de no ser exitosas repercutirán en la satisfacción conyugal (Spanier, 1999).

Otro aspecto importante del grado de consenso que existe en una relación de pareja es el acuerdo en lo relativo a las cuestiones ideológicas, tanto en lo que tiene que ver con las ideas políticas,

éticas, religiosas, como las prioridades vitales o filosofía de vida. *“El grado de acuerdo entre ambos miembros de la pareja en estas cuestiones guarda mucha relación con el bienestar conyugal. Sin que las diferencias en estos ámbitos sean insalvables, el acuerdo entre los miembros de la pareja en los ámbitos vitales importantes conllevará sentimientos de comprensión y similitud, favoreciendo la vida en pareja y la satisfacción con ella. Al igual que en el caso anterior, el acuerdo en la toma de decisiones importantes o en el manejo del dinero facilita los sentimientos de bienestar de ambos miembros de la pareja. La falta de acuerdo en estos ámbitos puede llevar a que un miembro de la pareja se vea en la necesidad de renunciar a una parte de sus deseos personales con el objetivo de conseguir un mejor ajuste de la relación, lo que puede llevar a un menor sentimiento de satisfacción o incluso afectar a la estabilidad de la relación”* (Spanier, 1999: 49).

### **3.1.2. Cohesión.**

La cohesión conyugal se refiere al nivel de implicación de la pareja en tareas conjuntas relativas a proyectos de vida o de intercambio positivo de reforzadores. En concreto, se trata de la cantidad de actividades, conversaciones o proyectos compartidos por los dos miembros de la pareja. Aunque la calidad de una relación de pareja va más allá de las actividades de ocio compartidas, en términos generales, participar en actividades conjuntas fortalece la relación de pareja y se relacionan tanto con la satisfacción como con la estabilidad de la relación. Algunos autores señalan que con el paso del tiempo puede producirse un empobrecimiento de las actividades compartidas, lo que puede llevar a la desactivación emocional o el aburrimiento si la pareja no sabe sustituirlo por la implicación en nuevas experiencias gratificantes compartidas, lo que se relaciona positivamente con la satisfacción conyugal. La participación conjunta en actividades excitantes, como asistir a espectáculos, practicar deportes o ir a bailar, mejora significativamente la satisfacción conyugal en mayor medida de que la realización de actividades más habituales, como visitar amigos, ver una película o comer fuera (Spanier, 1999). *“Ni el nivel de implicación por parte de la pareja en actividades de ocio, ni la cantidad de tiempo que comparten juntos es lo que determina la satisfacción conyugal, sino la calidad del tiempo de ocio compartido. Así, la satisfacción va a depender de la frecuencia con la que la pareja comparta actividades que reflejen las preferencias de ambos miembros. La satisfacción conyugal de las mujeres descendía en el caso de que compartieran actividades que sólo agradaban a sus parejas. El balance entre el disfrute conjunto y el individual de actividades es*

*lo que favorece un mejor nivel de bienestar. Más que el hecho de participar en actividades paralelas o conjuntas, lo que verdaderamente generaba altos niveles de satisfacción conyugal era el apoyo mutuo percibido en la realización de las actividades de ocio” (Spanier, 1999: 52).*

### **3.1.3. Expresión afectiva.**

Este componente del ajuste diádico de la relación de pareja incluye aspectos relativos tanto a las demostraciones de cariño como a la satisfacción que deriva de las relaciones sexuales. La satisfacción de las necesidades afectivas es una función principal de las relaciones de pareja. En este sentido, *“la comunicación de los estados emocionales tiene un papel protagonista en la satisfacción de las necesidades afectivas relacionadas con el reconocimiento y la seguridad. Así, tanto cuando las demostraciones de afecto son, un vehículo a través del cual cada miembro de la pareja se hace sentir reconocido y valioso. La sensación de bienestar fruto de sentirse reconocido y amado por la persona que se ha elegido como pareja hace que aumenten los sentimientos de seguridad, lo que fortalece y consolida la relación. Estos sentimientos facilitan una comunicación más abierta, favoreciendo la propia expresión emocional y la resolución de conflictos” (Spanier, 1999: 55).*

La satisfacción con las relaciones sexuales también es un aspecto importante de la relación de pareja que se asocia con la estabilidad de la relación, con la satisfacción general con la relación de pareja y con la satisfacción vital general. Aunque normativamente la frecuencia de actividad sexual desciende conforme aumenta el tiempo de duración de la relación, esto va a depender de características de la relación como son una buena comunicación sexual y el grado de intimidad. Cuanto más positiva es la vivencia de la intimidad en la mujer, mayor es su satisfacción a nivel sexual mientras que, en el hombre, tienen mayor peso los aspectos pasionales o de atracción, pudiendo separarse satisfacción sexual e intimidad con mayor facilidad. En líneas generales, puede afirmarse que sentirse lo suficientemente seguro como para poder expresar y complacer mutuamente los deseos sexuales favorece los sentimientos de bienestar y satisfacción (Spanier, 1999).

### **3.1.4. Satisfacción.**

La satisfacción con la relación de pareja, definida *“como estado emocional de contento con las interacciones, experiencias y expectativas con la relación de pareja” (Spanier, 1999: 59)*, es uno de los constructos más utilizados en la investigación empírica sobre calidad de la relación de pareja, entendiéndose que la satisfacción es un resultado indicativo de una relación de pareja

de buena calidad. La valoración de una relación como satisfactoria es subjetiva, refiriéndose a la relación entre los resultados obtenidos en comparación con las expectativas iniciales hacia dichos resultados, pudiéndose definir como la relación que existe entre las expectativas que se tenían al inicio de la relación y los resultados reales que se consiguen con la misma. La satisfacción es la variable con más influencia sobre la estabilidad y sobre la percepción que tienen las propias parejas de la calidad de su relación. Además, correlaciona con otros indicadores de calidad de la relación, como la interacción entre los cónyuges, el estilo de resolución de conflictos, o la propensión al divorcio; y con indicadores de bienestar como por ejemplo el estilo afectivo (Spanier, 1999).

Estos cuatro componentes del ajuste diádico que hemos descrito, consenso, cohesión, expresión afectiva y satisfacción, se encuentran altamente correlacionados entre sí, de manera que es la suma del bienestar en estos cuatro ámbitos lo que para Spanier compone el ajuste entre los miembros de la relación de pareja, constructo que en numerosas ocasiones se ha utilizado como equivalente a calidad de la relación de pareja.

### **3.5. HABILIDADES SOCIALES**

#### **3.5.1. Concepto de habilidades sociales.**

Las habilidades sociales son aquellos recursos que nos permiten interactuar con nuestros semejantes. Este conjunto de habilidades tiene muchos nombres. Algunos los llaman sentido común, otros se refieren a ellos como sabiduría práctica. En los círculos profesionales, se les llama habilidades sociales o habilidades para la vida. Las habilidades sociales *“Son el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes en situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia del auto reforzamiento y maximiza las probabilidades de conseguir refuerzo externo”* (Gismero, 2000: 59).

#### **3.5.2. Clasificación general de las habilidades sociales.**

Las habilidades sociales se clasifican en seis grupos:

Las habilidades sociales primarias, que consisten en escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido.

Las habilidades sociales avanzadas, que consisten en pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás.

Habilidades relacionadas con los sentimientos, que consisten en conocer los propios sentimientos, expresar sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar el afecto, enfrentar el miedo y auto recompensarse.

Habilidades alternativas a la agresión, consisten en pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.

Habilidades para hacer frente al estrés, que consisten en formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad tras un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le deja de lado, defender a un/a amigo/a, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, prepararse para una conversación difícil y hacer frente a presiones del grupo.

Habilidades de planificación, que consisten en tomar iniciativa, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea (Gismero, 2000).

### **3.5.3. Dimensiones en la Escala de habilidades sociales de Gismero.**

Las dimensiones en la escala de habilidades sociales de Gismero son:

**Autoexpresión en situaciones sociales.** Es la autoexpresión en situaciones sociales; hace mención a las habilidades de expresarse uno mismo de manera espontánea y sin ansiedad en diversas situaciones, ya sea en una entrevista laboral o en una reunión social.

**Defensa de los propios derechos como consumidor.** Refleja la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo (no dejar colarse a alguien en una fila o en una tienda, pedir a alguien que habla en el cine que se calle, pedir descuentos, devolver un objeto defectuoso, etc).

**Expresión de enfado o disconformidad.** Hace referencia a la capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y / desacuerdos con otras personas. Una puntuación baja indicia la dificultad para expresar discrepancias y el preferir callarse lo que a uno le molesta con tal de evitar posibles conflictos con los demás (aunque se trate de amigos o familiares).

**Decir no y cortar interacciones.** Esta dimensión refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (tanto con un vendedor como con amigos que quieren seguir charlando en un momento en que queremos interrumpir la conversación, o con personas con las que no se desea seguir saliendo o manteniendo la relación) así como el negarse a prestar algo cuando nos disgusta hacerlo. Se trata de un aspecto de la aserción en lo que lo crucial es poder decir no a otras personas y cortar las interacciones - a corto o largo plazo - que no se desean mantener por más tiempo.

**Hacer peticiones.** Esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo ( que nos devuelva algo que le prestamos que nos haga un favor) o en situaciones de consumo (en un restaurante no nos traen algo tal como lo pedimos y queremos cambiarlo, o en una tienda nos dieron mal el cambio) Una puntuación alta indicaría que la persona que la obtiene es capaz de hacer peticiones semejantes a estas sin excesiva dificultad mientras que una baja puntuación indicaría la dificultad para expresar peticiones de lo que queremos a otras personas.

**Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.** Hace referencia a la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto (una conversación, pedir una cita...) y de poder hacer espontáneamente un cumplido un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo. En esta ocasión se trata de intercambios positivos. Una puntuación alta indica facilidad para tales conductas, es decir tener iniciativa para comenzar interacciones con el sexo opuesto y para expresar espontáneamente lo que nos gusta del mismo. Una baja puntuación indicaría dificultad para llevar a cabo espontáneamente y sin ansiedad tales conductas (Gismero, 2000).

### **3.6. INVESTIGACIONES REALIZADAS SOBRE LA SATISFACCIÓN MARITAL DE LOS PADRES Y LA ADAPTACIÓN PSICOLÓGICA DE LOS HIJOS**

A continuación, se citan las investigaciones más pertinentes encontradas sobre el tema abordado por esta tesis.

En la Universidad de Deusto, Bilbao, España, Iraurgi Castillo Ioseba y un equipo de investigadores, publicaron un artículo titulado “Conflicto Marital y Adaptación de los Hijos”, en el cual, luego de analizados los datos recabados, plantean la “Hipótesis de la Transferencia y el Proceso de Triangulación”.

Esta hipótesis plantea que *“la satisfacción marital, ya sea de hostilidad o de armonía, expresadas por los adultos en sus relaciones familiares, puede reproducirse en las relaciones de los hijos afectándoles de manera directa, ya sea de forma negativa, cuando se transfieren patrones desadaptativos, provocando a su vez problemas de adaptación individual y conyugal, en el caso de los hijos que ya formaron familia. Varias investigaciones encuentran que un nivel elevado de agresión entre los cónyuges (satisfacción marital baja) suele estar asociado a un nivel alto de agresión de los padres hacia los hijos y, consiguientemente, éstos últimos transfieren dicha agresión en sus relaciones interpersonales. El malestar paterno y materno se transfiere directamente a los hijos, lo que a su vez está asociado a problemas internos en los hijos. En las relaciones matrimoniales pueden producirse diversas formas de triangulación. Esto significa que uno de los progenitores puede aliarse con el hijo y utilizarlo contra el otro, hacer que medie en sus disputas o descargar sobre él, el estrés matrimonial. Todas las acciones que comprometen a los hijos entre las disputas de sus padres interfieren en su desarrollo emocional y a menudo provocan síntomas de angustia, ansiedad, miedo, depresión, que generan una mala adaptación a la separación. Además, la necesidad de implicarse en los conflictos que sienten en ocasiones los hijos, aumenta la probabilidad de que la agresividad de los padres se dirija hacia ellos. El conflicto matrimonial está relacionado de forma significativa con la sensación de los hijos de estar “atrapados en medio”, lo que a su vez se relacionaba con un menor bienestar subjetivo y una peor calidad en la adaptación conductual al entorno inmediato, sea personal-subjetivo, escolar o de familia, en el caso de los hijos que ya son casados. La asociación existente entre el conflicto marital, las relaciones paterno-filiares y el bienestar de los hijos no sólo se produce cuando estos son pequeños, sino también cuando se trata de jóvenes adultos. La sensación de estar atrapado en medio repercute de forma más negativa en la relación madre-hija que en la relación madre-hijo, tal vez porque socialmente se espera que ambas mantengan relaciones familiares saludables. Sus datos sugieren que los padres suelen poner más presión sobre las hijas que sobre los hijos para tomar parte en las disputas. Al mismo tiempo, las chicas pueden ser más sensibles a los problemas interpersonales en la familia”* (Iraurgi et al, 2010: 108).

En otra investigación realizada en Nápoles, Italia, por, Salerno, A. titulada *“El conflicto conyugal en la familia con hijos adolescentes”*, en la cual se pretende explicar las relaciones que

se tejen entre la convivencia paterna y la adaptación psicológica de los hijos a través del Modelo Mediacional de Fauber y Colaboradores.

En las conclusiones de este estudio se afirma que *“los conflictos matrimoniales alteran la conducta de los padres con los hijos de tres maneras distintas: (a) provocando la disminución de una disciplina adecuada, (b) generando descuido o incluso rechazo hacia los hijos, y (c) incrementando el control psicológico de los padres sobre los hijos como forma de asegurarse su apoyo. Cada una de estas conductas daría lugar a repercusiones específicas en la adaptación de los hijos como: (a) el aumento de su conducta antisocial, (b) el desarrollo de problemas de conducta, y (c) la aparición de síntomas de ansiedad, depresión o trastornos somáticos, respectivamente.*

*El estudio apoya la hipótesis de que buena parte de la relación existente entre el conflicto matrimonial y la adaptación de los adolescentes se produce indirectamente a través de la perturbación de la relación parental-filial. Los adolescentes parecen ser especialmente sensibles a percibir rechazo o alejamiento por parte de los padres. Las hipótesis implícitas en este modelo son las siguientes: (a) Cuanto mayor es el conflicto matrimonial peores son las relaciones entre padres/ madres e hijos/as: los padres/madres son menos sensibles a las necesidades emocionales de los hijos/as, se muestran menos afectuosos, más hostiles. (b) Cuanto peores son las relaciones paterno-filiares mayores son los problemas de adaptación de los hijos, es decir, presentan un mayor malestar psicológico y mayores dificultades escolares. (c) El conflicto matrimonial está vinculado a los problemas de adaptación de los hijos de forma indirecta, a través de la perturbación de las relaciones padres/madres e hijos/as, lo cual repercute en la adaptación psicológica de los hijos a su entorno inmediato. (d) Existen diferencias respecto a la relación existente entre la adaptación de los hijos/as y el estilo parental de los padres y de las madres.*

*Los resultados ponen en evidencia que, a mayor conflicto marital, mayor presencia de estructuras conflictivas en la relación paterno-filial y materno-filial. Conflictos elevados en ambas dimensiones dan como resultado procesos adaptativos disfuncionales”* (Salerno, 1999: 180).

En España se publicó el estudio denominado *“La comunicación en la pareja, errores psicológicos más frecuentes”*, cuyos autores Lorente, P. y Cano, P., concluyen que el ajuste

psicológico de los hijos es el reflejo de la calidad de relaciones entre padre e hijos. Estos autores exponen sus hallazgos en torno a una serie de hipótesis:

*-La primera hipótesis planteada sugería que cuanto mayor es el conflicto matrimonial peores son las relaciones entre padres/madres e hijos/as. Los datos derivados de las diferentes estrategias de análisis permiten confirmar esta hipótesis. Es decir, un mayor nivel de conflicto en el matrimonio está relacionado significativamente con una mayor relación de hostilidad tanto del padre como de la madre hacia los hijos, con una menor relación de amor y con una mayor relación de control. En la misma línea que lo encontrado por otros autores, parece que un patrón de relación conflictiva y hostil entre los cónyuges se reproduce en las relaciones entre padres e hijos afectando a estos de forma negativa.*

*-La segunda hipótesis establecía que cuanto más perturbadas están las relaciones padres-hijos peor es la adaptación de estos. Los resultados obtenidos sugieren que los hijos presentan un mayor malestar psicológico cuando existe una mayor relación de control de los padres, una menor relación de amor y, especialmente una mayor hostilidad de los padres hacia ellos. Por otro lado, la relación de amor está asociada de forma negativa con las dificultades académicas que presentan los hijos. Estos resultados avalan los datos ofrecidos por diversos autores respecto a la estrecha relación existente entre los estilos parentales o las prácticas de crianza y la adaptación de los hijos.*

*-La tercera hipótesis hace referencia al planteamiento fundamental del modelo sistémico, según el cual el conflicto matrimonial está vinculado a los problemas de adaptación de los hijos a través de la perturbación de las relaciones padres/madres e hijos/as. Partiendo de los datos obtenidos a través de los modelos estructurales, se puede afirmar que el conflicto ejerce sobre el malestar psicológico de los hijos un efecto directo y no indirecto. Cuanto mayor es el conflicto mayor es el malestar psicológico. La satisfacción familiar interactúa entre el conflicto familiar y la reacción depresiva de los hijos cuando el motivo del conflicto versa sobre la conducta de los padres, pero no cuando el motivo del conflicto inter parental está producido por motivos de los hijos.*

*-La última hipótesis plantea la existencia de diferencias en el efecto ejercido sobre la adaptación de los hijos por parte del estilo parental del padre y el estilo parental de la madre. En términos generales se observa una gran similitud en las relaciones que se establecen entre ambos estilos parentales y la adaptación de los hijos. Los análisis correlacionales indican que*

*el conflicto está asociado a la relación de control, de amor y de hostilidad tanto del padre como de la madre en la dirección esperada. A su vez, todas estas variables están relacionadas con el malestar psicológico y con las dificultades académicas. En los análisis de regresión, donde se controla el efecto conjunto de todas las variables, se observa que tanto la relación de hostilidad del padre como la de la madre ejercen un efecto significativo sobre las variables de adaptación. -Finalmente, en el modelo estructural realizado sobre el malestar emocional, ambas variables relacionales se comportan de forma similar. Cabe destacar la importante relación recíproca existente entre ellas. Es decir, cuando la relación de uno de los padres con el hijo es hostil, es muy probable que la relación del otro también lo sea” (Lorente y Cano, 2002: 83-85).*

# **CAPÍTULO IV**

## **DISEÑO METODOLÓGICO**

## 4. METODOLOGÍA

### 4.1. TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La tesis realizada pertenece al área de la psicología Clínica, ya que en la misma se elaboró un diagnóstico individual de padres y madres tarijeños (área rural) en lo que respecta a la satisfacción marital, asimismo se evaluó el grado de bienestar psicológico de los hijos, así como su ajuste diádico y habilidades sociales.

*“La psicología Clínica y de la Salud es la disciplina o el campo de especialización de la Psicología que aplica los principios, las técnicas y los conocimientos científicos desarrollados por ésta para evaluar, diagnosticar, explicar, tratar, modificar y prevenir las anomalías o los trastornos mentales o cualquier otro comportamiento relevante para los procesos de la salud y la enfermedad en los distintos y variados contextos en que estos pueden tener lugar”* (Gil, 2016: 81).

La investigación realizada se la puede tipificar de la siguiente manera:

La presente tesis es un trabajo de tipo **exploratorio** ya que sobre el tema de la satisfacción marital y su relación con la adaptación psicológica de los hijos no se ha encontrado ninguna investigación a nivel regional y nacional. La investigación realizada es de tipo exploratorio, debido a que se hizo un abordaje aproximativo al fenómeno de estudio y no se hizo un análisis de causas o efectos de las variables implicadas; también, porque la muestra evaluada no alcanza el 10% de la población de los padres tarijeños y sus hijos del área rural.

Los estudios exploratorios *“se efectúan, normalmente, cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que únicamente hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio. Estos estudios le servirán al investigador para ver cómo han abordado el problema en investigaciones semejantes, para generar dudas y sondear posibles líneas investigativas”* (Heinemann, 2003: 70).

Por la naturaleza de los datos que se manejan en esta tesis se puede indicar que la investigación realizada corresponde al tipo **descriptivo** ya que se mencionan las características principales de las parejas del área rural, en cuanto a la satisfacción marital, así como la adaptación psicológica de los hijos, en cuanto al bienestar psicológico, el ajuste diádico y las habilidades sociales, sin entrar en consideraciones causales ni precisar los efectos de dicho fenómeno.

*“Los estudios descriptivos se limitan a describir determinadas características del grupo de elementos estudiados, sin realizar comparaciones con otros grupos. Se circunscriben a examinar una población definida, describiéndola a través de la medición de diversas características. Son el tipo de estudios que se utiliza para mostrar una serie de casos, por ejemplo, de una patología determinada, así como también para obtener o estimar valores de una población específica, tales como tasa de incidencia, tasa de mortalidad, tasa de prevalencia y otras”* (Sierra y Álvarez, 2006: 84).

Si se considera el producto del presente estudio, se lo puede rotular como de tipo **Teórico**, puesto que el fin primordial del mismo es proporcionar datos teóricos y tratar de resolver dudas científicas. Más exactamente se pretende conocer el índice de satisfacción marital de las parejas del área rural del Departamento de Tarija y la adaptación psicológica de los hijos.

*“La investigación teórica, también denominada investigación especulativa es aquella que utiliza el pensamiento u operaciones mentales: imaginación, intuición, abstracción y deducción para crear modelos, explicaciones o teorías acerca de fenómenos no observables. Se fundamenta en la corriente epistemológica racionalista y es propia de las ciencias formales cuyos objetos de estudio son ideales o intangibles: lógica, matemática, psicología, derecho, lingüística y física teórica”* (Sierra y Álvarez, 2006: 86).

Desde el punto de vista de los instrumentos que se emplearon y por el procedimiento de tabulación de los datos, se puede tipificar al estudio como **cuantitativo**. Todos los instrumentos que se emplearon son de naturaleza estadística, puesto que han sido validados a través de la estadística inferencial, se emplean preguntas cerradas y los baremos han sido construidos en base a las medias poblacionales. Asimismo, todos los datos que se presentan en este documento son expuestos empleando la estadística descriptiva y la aceptación o rechazo de las hipótesis se basa en criterios proporcionales.

Los estudios cuantitativos son aquellos *“en los que se recogen y analizan datos cuantitativos sobre variables y estudia las propiedades y fenómenos cuantitativos. Entre las técnicas de análisis se encuentran: análisis descriptivo, análisis exploratorio, inferencial univariable, inferencial multivariado, modelización y contrastación”* (Heinemann, 2003: 72).

Finalmente, la investigación realizada corresponde al tipo **transversal** puesto que el fin principal de la misma es caracterizar la satisfacción marital de las parejas tarijeñas, con la

adaptación psicológica de los hijos, en un determinado momento, sin incluir la evolución en el tiempo de este fenómeno.

*“Los estudios transversales están dirigidos a obtener tasas de prevalencia de un determinado fenómeno, las cuales representan la probabilidad de poseer un determinado rasgo, por ejemplo, una enfermedad. Esta prevalencia se obtiene de dividir el número de individuos que cuentan con ese rasgo, entre las condiciones o características generales de esos individuos o de ese determinado fenómeno. De esta manera se tiene una muestra heterogénea y representativa”* (Gil, 2016: 84).

## **4.2. POBLACIÓN Y MUESTRA**

### **4.2.1. POBLACIÓN**

La población de estudio estuvo conformada por todos los padres e hijos/as de la provincia O'Connor del Departamento de Tarija, de 20 o más años. Según el Instituto Nacional de Estadística, la Provincia O'Connor cuenta con una población de 21,378 habitantes, de los cuales, según la distribución poblacional, de 20 años en adelante son en total 12.626 personas (FUENTE: Instituto Nacional de Estadística, Censo 2012, pág. única).

Las variables de inclusión de las personas de la población, son las siguientes:

1. Estado civil de los padres:

- a) Casados
- b) Concubinos

2. Edad promedio de los padres:

- a) De 40 a 47 años.
- b) De 48 a 55 años.
- c) De 56 en adelante.

3. Sexo de los padres:

- a) Hombres.
- b) Mujeres.

3. Edad de los hijos:

- a) De 20 a 26 años.
- b) De 27 a 32 años.
- c) De 33 en adelante.

4. Estado civil de los hijos:

- a) Solteros (pero que tengan una relación amorosa de pareja).
- b) Casados / Concubinos.

5. Sexo de los hijos/as:

- a) Hombres.
- b) Mujeres.

#### **4.2.2. MUESTRA**

La muestra de la presente tesis estuvo compuesta por 104 personas (52 padres/madres; 52 hijos/hijas). Dicho número representa aproximadamente el 0.486% de la población total.

Para determinar el número de la muestra no se emplearon fórmulas estadísticas, sino que esto fué llevado a cabo por criterios particulares del fenómeno de estudio y por características propias de las materias de Actividad de Profesionalización. El número de la muestra también se justifica por el hecho de que este estudio es de tipo exploratorio, por lo cual no se ha tomado el 10 % de la población total.

En esta investigación se empleó un procedimiento de muestreo intencional, pues se conformó la muestra a través de la consulta previa de las parejas de esposos o concubinos de la provincia O'Connor que cumplieran con los requisitos especificados en las variables de selección. No se empleó ningún procedimiento aleatorio, sino que mediante la técnica de informantes clave (Corregidor de Saladito; Corregidor de Timboy; Corregidor de Ñaurenda) y valiéndonos de que la investigadora es oriunda del lugar; se procedió a identificar a los diferentes miembros de la muestra.

### **4.4. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **4.4.1. MÉTODOS**

Los métodos que se emplearon en esta investigación son los siguientes:

**Método Teórico.** El método teórico permite recopilar la información referida al tema de investigación y es el que le da la base teórica al proyecto. Consiste en el acopio de la información secundaria, publicada por los autores que abordaron el tema en cuestión (Sierra y Álvarez, 2006). El método teórico se lo utiliza principalmente en la construcción del marco teórico y la interpretación de los datos.

**Método empírico.** Su aporte al proceso de la investigación consiste en la recopilación y catalogación de información primaria, es decir, obtenidos por el mismo investigador, resultado

fundamentalmente de la experiencia. Estos métodos son los que, en última instancia, dan fe del objeto de estudio, pues ponen al investigador en contacto con la realidad; aportan generalmente, con información senso perceptual, aunque también pueden ser cogniciones, sentimientos y autopercepciones (Heinemann, 2003). En esta investigación este método se empleó a través de la aplicación de la batería de tests psicométricos con la cual se levantaron los datos necesarios para el cumplimiento de los objetivos planteados.

**Método estadístico.** Mediante este método se procesa los datos recogidos empleando los diferentes recursos estadísticos. Se basa en la lógica numérica y se saca conclusiones basándose en principios matemáticos. No todos los datos son susceptibles de tratamiento estadístico, pues para esto deben poseer escalas numéricas o de razón. No son aplicables a los datos cualitativos (Gil, 2016). En la presente tesis se aplicó este método en la tabulación de los datos aportados por la batería de tests y en el cálculo de los diferentes estadísticos: medias, frecuencias, porcentajes, correlaciones, etc.

**Método de los tests psicológicos.** En la etapa de recojo de datos se emplearon los tests psicométricos para valorar las diferentes variables de estudio. Un test psicológico es una prueba estandarizada que tiene por objeto medir o evaluar una característica psicológica específica. Su validez se basa en la aplicación de la prueba a una muestra amplia de la población a la que está dirigido, de la cual se han calculado parámetros estadísticos creando una escala normalizada que permiten ubicar a un individuo particular en esas categorías que expresan promedios de la población (Heinemann, 2003). En la investigación realizada por nosotros toda la batería de tests es de tipo estandarizado pues son instrumentos con confiabilidad y validez probada.

En la etapa de recojo de la información se emplearon los siguientes métodos, técnicas e instrumentos, ordenados según las variables a las que corresponden:

<b>VARIABLES</b>	<b>MÉTODOS</b>	<b>TÉCNICAS</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
Satisfacción marital.	Test psicológico.	Escala.	Escala de Satisfacción Marital, de Russell y Wells (1990) y adaptado por Domínguez (2012).
Bienestar psicológico.	Test psicológico.	Escala.	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff Carol (2004). Adaptación española de Díaz et al., (2006).
Ajuste diádico.	Test psicológico.	Escala.	Escala de Ajuste Diádico (DAS, Spanier, 1976).
Habilidades sociales.	Test psicológico.	Escala.	Escala de habilidades sociales(EHS) De Gismero Gonzales Elena (2002).

#### **4.4.2. TÉCNICAS**

-Las técnicas son procedimientos específicos, dentro de los métodos globales, mediante las cuales se procede a la recolección de datos (Heinemann, 2003). En la presente investigación todos los instrumentos corresponden a la siguiente técnica:

**Escala.** Este término suele utilizarse para hacer referencia al instrumento elaborado para medir variables no cognitivas: actitudes, intereses, preferencias, opiniones, etc., y se caracteriza porque los sujetos han de responder eligiendo, sobre una escala de categorías graduada y ordenada, aquella categoría que mejor represente su posición respecto a aquello que se está midiendo, no hay respuestas correctas o incorrectas, y la puntuación total es la suma de las puntuaciones asignadas a las categorías elegidas por los sujetos (Heinemann, 2003). En esta tesis todos los instrumentos corresponden a la técnica de la Escala.

#### **4.4.3. INSTRUMENTOS**

Los instrumentos son los medios concretos y específicos que se utilizan para recoger toda la información necesaria para alcanzar el cumplimiento de los objetivos (Gil, 2016: 81). Los instrumentos que se emplearon en este estudio son:

##### **1.- Escala de satisfacción marital**

**Autor.** Russell y Wells (1990) y adaptado por Domínguez (2012).

**Objetivo.** Mide el grado de satisfacción marital en el entorno de la pareja.

**Técnica.** Escala.

**Historia de creación y baremación.** El instrumento fue creado por Russell y Wells (1990) y adaptado por Domínguez (2012) a parejas españolas. El instrumento consta de 71 ítems agrupados en dimensiones asociadas a la satisfacción familiar:

- 1) Cohesión familiar: incluye ítems relacionados con la satisfacción familiar y la dinámica de la pareja.
- 2) Admiración/atracción: relacionado con la percepción de la pareja y la valoración de su atractivo.
- 3) Apoyos de la familia: que incluye valoraciones sobre la pareja como padre o madre, así como en relación con los hijos (crianza) y relaciones con la familia extensa.
- 4) Asuntos económicos: que se relaciona con la estabilidad económica de la pareja, constituyendo más bien una lista de chequeo que un factor en sí mismo.
- 5) Auto percepción: cuyos ítems se relacionan con la satisfacción personal de la persona encuestada.
- 6) Valores: que se relaciona con la existencia de valores tradicionales en la pareja.
- 7) Homogamia: que se relaciona con la existencia de circunstancias similares o simétricas en la pareja, por ejemplo, los aspectos formativos, económicos, etc.

**Confiabilidad y validez.** El análisis de fiabilidad de las diferentes dimensiones, avala la fiabilidad del instrumento.

**Índices de Fiabilidad (Alfa de Cronbach) de las diferentes dimensiones**

	Nºítems	España	Hombres	Mujeres	Total
Cohesión	28	0,897	0,889	0,890	0,887
Atracción	9	0,757	0,736	0,731	0,730
Crianza	8	0,657	0,648	0,674	0,651
Asuntos económicos	3	0,451	0,303	0,378	0,346
Auto percepción	11	0,569	0,524	0,610	0,568
Valores	6	0,625	0,610	0,564	0,586
Homogamia	6	0,444	0,317	0,529	0,440

**Procedimiento de aplicación y calificación.** El instrumento consta de 71 ítems agrupados en 7 dimensiones. Para la calificación se deben sumar los puntajes parciales y transformarlos a deciles y centiles. En el caso de la dimensión homogamia, teniendo en cuenta que la escala ha sido respondida por ambos miembros de la pareja, se han restado las puntuaciones de la mujer respecto a las del hombre (es decir: puntuación del hombre – puntuación de la mujer) en cada uno de los ítems, de modo que una diferencia positiva indicaría que el hombre ofrece valoraciones más elevadas que las que ofrece la mujer; mientras que una diferencia negativa

indicaría que la mujer ha realizado valoraciones más elevadas de las que ha realizado el hombre. De esta manera, las puntuaciones cero o en torno a este valor indican una semejanza (u homogamia) respecto a los aspectos valorados por la escala.

Ítems negativos que deben ser invertidos:

6/14/16/18/20/21/27/30/34/35/37/41/49/52/53/55/56/60/61/66.

### Agrupación de ítems según dimensiones

Cohesión familiar: 1/6/9/10/11/12/13/15/17/18/21/24/27/31/32/33/34/35/36/39/  
40/41/54/55/63/67/70/71 = 28

“Admiración/Atracción”: 3/19/22/43/44/45/46/52/58 = 9

“Apoyo familiar/Crianza”: 2/23/29/38/47/57/59/61 = 8

Asuntos económicos: 14/48/49 = 3

Autopercepción\_ 16/25/26/28/30/37/42/53/56/60/66 = 11

Valores: 51/62/64/65/68/69 = 6

Homogamia: 4/5/7/8/20/50 = 6

Los resultados se expresan en la siguiente escala según los valores totales:

NIVELES DE	Dimensiones o áreas							
	Cohesión (28)	Atracción (9)	Crianza (8)	Economía (3)	Autopercepción (11)	Valores (6)	Homogamia (6)	General (71)
SATISFACCIÓN MARITAL BAJA	28-75	9-24	8-21	3-8	11-29	6-16	6-16	71- 189
SATISFACCIÓN MARITAL TÉRMINO MEDIO	76-122	25-39	22-34	9-13	30-47	17-26	17-26	190- 307
SATISFACCIÓN MARITAL ALTA	123- 168	40-54	35-48	14-18	48-66	27-36	27-36	308- 426

## 2.- Escala de bienestar psicológico

**Autores:** Ryff Carol (1995). Adaptación española de Díaz et al., (2006).

**Objetivo:** Mide el bienestar psicológico del individuo.

**Técnica:** Escala.

**Historia de creación y baremación:** La escala de Bienestar Psicológico fue creada por Carol Ryff en el año 1995, en EEUU, cuya revisión se dio el 2004 y fue adaptado a la versión española por Díaz et al., (2006). La escala muestra juicios particulares de evaluación de una adecuada actividad psicológicos, en contraste al foco tradicional de la psicología clínica que ha sido la patología y el malestar. Esta escala mide seis propiedades positivas del bienestar psicológico, que esta autora constituyó de acuerdo con las discusiones teóricas sobre los requerimientos cumplidos, motivaciones y propiedades que describen a un ser humano en íntegra salud mental. Las dimensiones del instrumento son:

La auto aceptación o actitud positiva hacia el yo mismo, asociado a la autoestima y conocimiento de sí.

Sentido en la vida o tener un propósito, relacionado a la motivación para actuar y desarrollarse.

Autonomía, que involucra mantener la individualidad en diversos ambientes sociales, asentarse en las propias convicciones y mantener su independencia y autoridad individual.

Dominio del entorno, relacionado al locus de control interno y ser eficaz de manera personal.

Relaciones positivas con su entorno, lo que indica mantener lazos de confianza, cálidas, de empatía y de intimidad con otros.

El crecimiento personal relacionado a la idea de evolución y aprendizaje positivo de la persona.

**Confiabilidad y validez:** La presente escala, fue traducida por Díaz et al., (2006). En el análisis estadístico obtuvo buena consistencia interna, con valores del  $\alpha$  de Cronbach mayores o iguales que 0,70. Además las altas correlaciones halladas entre las escalas de ambas versiones Autoaceptación (0,94); Relaciones positivas (0,98); Autonomía (0,96); Dominio (0,98); Crecimiento personal (0,92); Propósito en la vida (0,98), en consecuencia, indica que esta versión española representa bien los elementos teóricos esenciales de cada una de las dimensiones. Pero, el análisis factorial confirmatorio no evidenció un nivel de ajuste satisfactorio al modelo teórico planteado, por lo cual, para mejorar la propiedad psicométrica desarrolló una versión corta, en la que se muestra  $\alpha$  de Cronbach 0,84 a 0,70.

**Procedimiento de aplicación y calificación:** El instrumento puede ser aplicado a nivel individual y colectivo. La evaluación dura máximo 20 minutos. La aplicación es dirigida a adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala. El evaluado cuenta con las instrucciones básicas para responder de manera acertada cada enunciado. Se presenta enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. El evaluado puede elegir entre 6 alternativas de solución para cada ítem estipuladas sea “Totalmente desacuerdo”, “Poco de acuerdo”, “Moderadamente de acuerdo”, “Muy de acuerdo”, “Bastante de acuerdo” y “Totalmente de acuerdo”.

La escala está conformada por 39 ítems, puede ser aplicada a personas mayores de 16 años a personas de ambos sexos y el tiempo de aplicación promedio es de 20 minutos.

- Dimensión I: Auto aceptación Presenta 7 ítems.
- Dimensión II: Relaciones Positivas Presenta 7 ítems.
- Dimensión III: Autonomía Presenta 5 ítems.
- Dimensión IV: Dominio del Entorno Presenta 7 ítems.
- Dimensión V: Propósito en la vida Presenta 8 ítems.
- Dimensión VI: Crecimiento personal Presenta 5 ítems.

Para la corrección Invertir los ítems: 17, 23, 15, 26 y 21. Siguiendo esta pauta: (1=6) (2=5) (3=4) (4=3) (5=2) (6=1).

Se suman los valores obteniéndose un puntaje directo, el cual luego es transformado empleando el baremo.

Cada dimensión tiene su propia escala y valores:

Autoaceptación.	Nivel Alto: 32 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 20 y 31 puntos. Nivel Bajo: 19 puntos o menos.
Relaciones positivas.	Nivel Alto: 34 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 24 y 33 puntos. Nivel Bajo: 23 puntos o menos.
Autonomía.	Nivel Alto: 40 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 29 y 39 puntos. Nivel Bajo: 28 puntos o menos.

Dominio del entorno.	<p>Nivel Alto: 30 puntos en adelante.</p> <p>Nivel Medio: entre 23 y 29 puntos.</p> <p>Nivel Bajo: 22 puntos o menos.</p>
Crecimiento personal.	<p>Nivel Alto: 38 puntos en adelante.</p> <p>Nivel Medio: entre 29 y 37 puntos.</p> <p>Nivel Bajo: 28 puntos o menos.</p>
Propósito en la vida.	<p>Nivel Alto: 32 puntos en adelante.</p> <p>Nivel Medio: entre 23 y 31 puntos.</p> <p>Nivel Bajo: 22 puntos o menos.</p>

Ryff (1995).

### **3.- Escala de Ajuste Diádico (DAS)**

**Autor:** Spanier, G. B. (1999).

**Objetivo:** Mide el ajuste diádico en la pareja.

**Técnica:** Escala.

**Historia de creación y baremación:** El DAS fue creada por Spanier el año 1976 y perfeccionada a lo largo de diferentes versiones. La que se emplea en esta tesis es la versión 1999. Esta escala evalúa el grado de armonía global de una pareja en cuatro áreas de la relación: consenso, satisfacción, armonía y expresión de afecto, al tiempo que ofrece una medida del ajuste global de la pareja. DAS permite conocer el ajuste diádico de la pareja mediante cuatro dimensiones:

1. Consenso cognoscitivo: se evalúa, a través de 19 ítems, el grado de acuerdo existente entre los miembros de la pareja en áreas importantes para la relación. Incluye ámbitos como por ejemplo "el manejo de la economía en casa" o las "cosas y objetivos considerados importantes".
2. Satisfacción afectivo - sexual: se trata de 2 ítems que permiten valorar el grado de satisfacción con la relación amorosa, entendida como frecuencia y grado de las mismas.
3. Armonía emocional: evalúa, mediante 5 ítems, el nivel de implicación de la pareja en actividades conjuntas, que incluyen aspectos de tipo afectivo y temperamental.
4. Expresión conductual de afecto: se trata de 4 ítems que incluye aspectos relativos tanto a demostraciones de cariño como a satisfacción sexual.

**Confiabilidad y validez:** En lo que respecta a las propiedades psicométricas, la fiabilidad de la escala total fue de 0,92, siendo igualmente elevado en el resto de las subescalas. Así, los  $\alpha$  de Cronbach de las distintas subescalas fueron: consenso  $\alpha = ,88$ ; satisfacción  $\alpha = ,81$ ; armonía  $\alpha = ,68$  y expresión del afecto  $\alpha = ,71$ .

**Procedimiento de aplicación y calificación:** La escala está compuesta por 32 ítems. Todos ellos se responden con una escala de respuesta tipo Likert con 6 alternativas de respuesta. Este instrumento requiere unos 10 minutos para su cumplimentación y se aplica de forma auto administrada. La escala permite obtener una puntuación global, suma de las cuatro escalas anteriores. La puntuación total oscila entre 0 y 160 puntos, siendo 100 el punto de corte entre aquellas parejas con una relación armoniosa y aquellas otras no armoniosas, de acuerdo con la

recomendación de diversos estudios realizados en población española. Mayores puntuaciones son indicativas de mejor nivel de ajuste en la pareja.

El ajuste diádico se mide en base a esta escala:

CATEGORÍA	PUNTAJE
Muy bajo.	0 – 32
Bajo.	33 – 64
Medio.	65 – 100
Alto.	101 – 132
Muy alto	133 - 160

#### **4.- Escala de habilidades sociales(EHS).**

**Autor.** Gismero Gonzales Elena (2002).

**Objetivo.** Evaluación de la asertividad y las habilidades sociales.

**Técnica.** Escala.

**Historia de creación y baremación.** El instrumento se denomina EHS Escala de Habilidades Sociales y tiene como autora a Elena Gismero Gonzáles de la Universidad Pontifica Comillas (Madrid) España, fue elaborado en el año 2002.

**Confiabilidad y validez.** Para el proceso de su validez, se utilizó el método ítem test, a través de la formula Producto Momento de Pearson, cumpliéndose con el criterio  $r > 0.21$ , para que sean aceptados o válidos cada uno de los ítems; corregida de acuerdo a Mc Nemar, precisando de esta manera la correlación real entre ítem y el total del test ( $r_{Mc N} > 0.35$ ).

La confiabilidad se obtuvo tomando como muestra 180 adolescentes de las instituciones educativas privadas de Trujillo, se llevó a cabo el análisis de fiabilidad a través del coeficiente alfa Cronbach donde se obtuvo 0.88. De acuerdo a este análisis para que la escala sea confiable esta debe ser  $>0.70$ .

**Procedimiento de aplicación y calificación.** Este instrumento se aplica de manera individual o colectiva, tiene una duración de aproximadamente 10 a 16 minutos, evalúa adolescentes y adultos. La escala consta de 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde “No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría” a “muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”. Para la calificación se puntúa con 4 la afirmación “No me identifico en absoluto” y 1 “Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos”. Para obtener el puntaje global,

se suma los puntajes directos de cada una de las 6 subescalas, estas puntuaciones son transformadas a los baremos, establecidos por el instrumento y así finalmente obtener los índices globales y la interpretación adecuada planteada por el autor del instrumento. A mayor puntuación global, el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidad de aserción en distintos contextos.

Tanto por dimensiones como a nivel global, las habilidades sociales se expresan de acuerdo a la escala: Alto, medio y bajo.

#### **4.5. PROCEDIMIENTO**

El procedimiento por el cual atravesó esta investigación es el siguiente:

**Primera Fase: Revisión Bibliográfica y contactos con las instituciones y personas vinculadas al estudio.** Esta fase consiste en la exploración bibliográfica relacionada con la búsqueda y obtención información acerca del tema que aborda la investigación, necesaria para fundamentar el trabajo en cuestión. Para la ejecución de este trabajo se estableció contacto con las autoridades del corregimiento de las comunidades de Saladito, Timboy y Ñaurenda.

**Segunda Fase: Prueba piloto.** Esta fase consiste en la aplicación de los instrumentos a una muestra reducida (5 casos) que tiene por objetivo verificar que los mismos, al aplicarlos, sean entendibles por los sujetos de la muestra, de modo que los resultados tengan validez.

**Tercera Fase: Selección de los Instrumentos.** En esta etapa, en base a la información proporcionada por la prueba piloto, se seleccionaron los instrumentos adecuados para el recojo de los datos que permitan el cumplimiento de los objetivos. La batería de tests quedó conformada de la siguiente manera:

- Escala de Satisfacción Marital, de Russell y Wells (1990) y adaptado por Domínguez (2012).
- Escala de Bienestar Psicológico de Ryff Carol (2004). Adaptación española de Díaz et al., (2006).
- Escala de Ajuste Diádico (DAS, Spanier, 1976).
- Escala de habilidades sociales(EHS). De Gismero Gonzales Elena (2002).

**Cuarta Fase: Selección de la Muestra.** La selección de la muestra en esta investigación se la realizó de acuerdo al criterio intencional, mediante la técnica de informantes clave. La tesista se contactó con los corregidores de las comunidades de Saladito, Timboy y Ñaurenda y con la ayuda de estas autoridades comunales, se conformó la muestra según las variables de selección. Se procedió de esta manera hasta completar con el número requerido de la muestra.

**Quinta Fase: Recojo de la información.** Esta etapa se aplicó cada uno de los instrumentos seleccionados para el recojo de datos de acuerdo al siguiente orden: Escala de Satisfacción Marital, Escala de Bienestar Psicológico, Escala de Ajuste Diádico y Escala de habilidades sociales.

Por tratarse de personas del campo, que no siempre están en sus casas y disponen de poco tiempo por razones de la agricultura y pastoreo, se aplicó el test de satisfacción marital al padre o a la madre (según la disponibilidad de tiempo); en el caso de los hijos se procedió de la misma manera, pues sólo se lo aplicó a alguno de ellos (as), sobre todo a aquel (a) que resida en la comunidad.

**Sexta Fase: Procesamiento de la Información.** Una vez obtenidos los resultados se procedió a la sistematización de la información a través de la tabulación en el programa SPSS para Windows. Lo que permitió generar porcentajes, frecuencias, cruzados de variables y gráficas. Dichos resultados posteriormente fueron interpretados en base a los objetivos trazados en el diseño teórico lo que posibilitó aceptar o rechazar las hipótesis del trabajo de investigación.

**Séptima Fase: Redacción del Informe Final.** Se procedió a la redacción del informe final donde se exponen de manera cuantitativa los datos obtenidos, más sus respectivos cálculos estadísticos, para proceder, inmediatamente a su debida interpretación. El análisis y discusión de los datos estuvo en estrecha relación con la información presentada en el marco teórico.

#### 4.5. CRONOGRAMA

La presente tesis se desarrolló de acuerdo a estas etapas y fechas:

ACTIVIDAD	GESTIÓN 2020					GESTIÓN 2021								
	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV
Revisión Bibliográfica.	X	X												
Prueba Piloto.					X									
Selección de los instrumentos.		X	X											
Selección de la Muestra.			X	X										
Recojo de la información.						X	X	X	X					
Procesamiento de la Información.										X	X	X		
Redacción del informe final.													X	X

**CAPÍTULO V**  
**PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS**  
**DE LOS RESULTADOS**

## 5. PRESENTACIÓN Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

En el capítulo 5 se presentan los datos que se han recopilado tras la aplicación de la batería de tests conformada para el efecto. Los datos se los presenta según el orden de los objetivos específicos, mediante cuadros y gráficas. De cada cuadro y gráfica se efectúa el análisis e interpretación correspondiente haciendo referencia a las observaciones realizadas y a la bibliografía consultada.

### 5.1. VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Las variables socio demográficas se las divide según hacen referencia a los hijos y a los padres.

#### DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS PADRES

**Cuadro 1. Sexo de los padres**

SEXO	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	23	44,2
Mujer	29	55,8
Total	52	100,0

La muestra total estuvo compuesta por 52 participantes, de los cuales 23 fueron hombres, representando el 44.2%, mientras que 29 fueron mujeres, alcanzando el 55.8% de la muestra total.

**Cuadro 2. Edad de los padres**

EDAD	Frecuencia	Porcentaje
40-47 años	23	44,2
48-55 años	24	46,2
56 y más	5	9,6
Total	52	100,0

La muestra de estudio estuvo compuesta por 52 participantes distribuidos en diferentes grupos de edad. Los participantes de entre 40 y 47 años representaron el 44.2% de la muestra, seguidos por el grupo de 48 a 55 años, que constituyó el 46.2%. Por último, el grupo de 56 años y más fue el menor, a cubrir el 9.6% de la muestra total.

**Cuadro 3. Estado civil de los padres**

ESTADO CIVIL	Frecuencia	Porcentaje
Concubinos	32	61,5
Casados	20	38,5
Total	52	100,0

En cuanto al estado civil de los padres de la muestra, el 61.5% vive en unión libre como concubinos, mientras que el 38.5% se encuentra casado.

## **5.2. OBJETIVO 1. EVALUAR LA SATISFACCIÓN MARITAL DE LOS PADRES**

La satisfacción marital es la “*Satisfacción que tiene un cónyuge hacia el otro con respecto a la interacción conyugal, en donde se toma en cuenta el interés que pone el cónyuge en su pareja*” (Russell y Wells, 1990: 127). Para evaluar esta variable se ha empleado la Escala de Satisfacción Marital, de Russell y Wells (1990) y adaptado por Domínguez (2012). Dicha escala mide la satisfacción marital en tres categorías y a través de 7 dimensiones.

**Cuadro 4. Satisfacción marital de los padres**

GRADO DE SATISFACCIÓN MARITAL	Frecuencia	Porcentaje
Satisfacción marital baja	9	17,3
Satisfacción marital término medio	27	51,9
Satisfacción marital alta	16	30,8
Total	52	100,0

Según la información proporcionada por el cuadro 7, las parejas de padres del área rural de la provincia O'Connor del Departamento de Tarija, tienen en primer lugar un grado de satisfacción marital término medio (51.9%); le sigue en segundo lugar el grado de satisfacción alta, con un 30.8% y en tercer lugar está el grado de satisfacción baja, con el 17.3%. Estos datos reflejan que más de la mitad de las parejas de padres tienen una relación promedio. El hecho que el 30.8% de la muestra tenga una satisfacción marital alta, en relación a un 17.3% de satisfacción marital baja, señala que la tendencia es hacia el lado elevado, pues es mucho más el porcentaje de padres que están bastante satisfechos con su relación marital en relación a los que tienen una baja satisfacción marital.

Según la teoría del autor del test aplicado, las parejas cuyo puntaje mayor cae en la categoría de satisfacción marital promedio, pero con acento o tendencia hacia el polo elevado, generalmente están contentas con su relación, pero también muestran ciertos aspectos que les permiten alcanzar un nivel de satisfacción más elevado. En el entorno rural, estas parejas pueden manifestar comportamientos y actitudes que evidencian esta inclinación hacia la satisfacción marital elevada. Por ejemplo, pueden mostrar una buena comunicación y apoyo mutuo en la resolución de problemas cotidianos. Esto se refleja en su capacidad para dialogar y llegar a acuerdos en situaciones que requieren decisiones conjuntas, como la gestión de la economía doméstica, la crianza de los hijos o la planificación de actividades familiares. Estas parejas se encuentran en la colaboración y el trabajo en equipo una base sólida para mantener una relación satisfactoria (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012).

Asimismo, en el ámbito de la intimidad y la afectividad, estas parejas tienen una satisfacción promedio, pero por la inclinación al lado elevado, pueden demostrar una mayor disposición para expresar y mostrar cariño y aprecio mutuo. Pueden manifestar gestos de ternura y cuidado, como abrazos, besos, elogios y palabras de aliento. También pueden dedicar tiempo de calidad para compartir momentos de complicidad y recreación juntos, como salir a caminar por el campo, realizar actividades de la faena juntos o la asistencia a alguna fiesta patronal de las comunidades vecinas. Estas muestras de afecto contribuyen a fortalecer el vínculo emocional y generar mayor satisfacción en la relación.

Estas parejas con un grado de satisfacción marital promedio, muestran habilidades de comunicación efectiva, escuchándose la mayor parte de las veces, expresando sus sentimientos y pensamientos de manera moderada y respetuosa. Esto les permite resolver conflictos de manera constructiva y fortalecer su conexión emocional, un número promedio de veces. Por otra parte, estas parejas se brindan apoyo mutuo en momentos de dificultad emocional, si bien existen desacuerdos, pero la mayoría de las veces se apoyan mutuamente. Asimismo, entre sí son una fuente de consuelo, comprensión y aliento para su pareja, mostrando empatía y compasión en situaciones de estrés o preocupación (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012). Estas parejas comparten las tareas domésticas y se involucran de manera ordenada en el cuidado de la casa y de los hijos, si bien en el entorno rural ambos sexos tienen tareas claramente definidas, no existe abuso de un cónyuge sobre el otro. Ambos miembros de la pareja colaboran en las labores diarias y se apoyan para mantener un ambiente armonioso y

organizado; puede haber desavenencias o protestas por parte de algunas labores o responsabilidades con las que no están de acuerdo, pero la mayor parte de las veces llegan a entendimientos. Estas parejas en un número promedio de veces valoran y reconocen los logros y esfuerzos del otro. Si bien no todas las veces, pero en un número aceptable pueden expresar su gratitud y admiración por las cualidades y acciones de su pareja, mostrando un ambiente relativo de respeto y admiración mutua. De manera general, estas parejas se sienten relativamente satisfechas con su matrimonio o convivencia, pero no alcanzan el nivel más alto de satisfacción posible (Rivera y Heresi, 2011).

¿Cuáles son los factores de por qué estas parejas se encuentran en un nivel promedio de satisfacción y no alcanzan el nivel de satisfacción elevada? Uno de los factores que puede influir en esta tendencia es el entorno rural en el que se llevó a cabo el estudio, más específicamente el nivel educativo de las parejas, las opciones laborales, los medios de comunicación, los grupos de socialización, etc., que en el campo son limitados si se los compara con el entorno urbano. Las características propias del entorno rural de la provincia O'Connor, como la estrecha convivencia, la dependencia mutua y la falta de opciones alternativas de pareja, pueden tener un impacto en la forma en que las parejas perciben y experimentan su satisfacción marital. Las parejas en el entorno rural conviven un tanto aisladas y no tienen tanta relación con otras personas como lo es en la ciudad; esto crea una situación de dependencia mutua. Además, el contexto rural también puede estar asociado con desafíos específicos, como limitaciones en los recursos económicos, acceso a grupos sociales, limitaciones en las opciones de trabajo, lo cual puede afectar la satisfacción marital, pues de por sí el ambiente rural es un tanto limitado y esa precariedad puede generar condiciones adversas para la satisfacción marital; en otras palabras las parejas tienen pocas opciones y su situación les obliga a aceptarse el uno al otro porque no hay más alternativas, pero esta situación genera con frecuencia sentimientos adversos (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012).

Otro aspecto a considerar es el choque de los estilos de convivencia tradicional y moderno, que se da en un entorno rural pero que debido a los medios masivos de comunicación social no existe aislamiento. Muchas mujeres conviven en un estilo tradicional, donde el varón tiene más derechos que la mujer, pero con la influencia de los medios de comunicación y la liberación femenina, se crea una controversia o disonancia en la mujer que aspira a situaciones de mayor igualdad. Esas disonancias pueden estar relacionadas con los roles de género, expectativas

sociales, valores y creencias sobre el matrimonio y la convivencia (Rivera y Heresi, 2011). Es importante tener en cuenta estos factores socioculturales los cuales pueden ser responsables de la satisfacción marital promedio de las parejas investigadas.

**Cuadro 5. Satisfacción marital de los padres por dimensiones**

GRADO DE SATISFACCIÓN MARITAL	DIMENSIONES DE LA SATISFACCIÓN MARITAL DE LOS PADRES													
	Cohesión familiar		Atracción de la pareja		Apoyo familiar		Estabilidad económica		Satisfacción personal		Valores conyugales		Semejanza como pareja	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Satisfacción marital baja	1 2	23,1	9	17,3	7	13,5	11	21,2	8	15,4	8	15,4	1 0	19,2
Satisfacción marital término medio	2 2	42,3	2 6	50,0	2 9	55,8	26	50,0	27	51,9	30	57,7	2 4	46,2
Satisfacción marital alta	1 8	34,6	1 7	32,7	1 6	30,8	15	28,8	17	32,7	14	26,9	1 8	34,6
Total	5 2	100, 0	5 2	100, 0	5 2	100, 0	52	100, 0	52	100,0	52	100, 0	5 2	100, 0

En el cuadro 8 se puede apreciar el desglose de la variable satisfacción marital de acuerdo a las 7 dimensiones que propone el autor del test. En primer lugar, en relación a la dimensión Cohesión Familiar, es posible observar que el 42.3% de las parejas de padres tienen una cohesión familiar promedio, le sigue en segundo lugar la satisfacción marital alta (34.6%) y en tercer lugar aparece la satisfacción marital baja con el 23.1%.

Dimensión cohesión familiar. En primer lugar, hay que indicar que la dimensión de cohesión familiar se refiere al grado de integración y unión que existe dentro de la pareja. En el contexto de las parejas de adultos en el entorno rural con un grado de satisfacción marital término medio, pero con inclinación al polo elevado, los datos obtenidos revelan que estas parejas se caracterizan por tener una buena integración y vínculo entre sus miembros. Existe una sensación de unidad y pertenencia mutua, donde ambos miembros se sienten parte de un equipo y trabajan juntos para mantener una relación sólida. Esta cohesión familiar se refleja en su capacidad para tomar decisiones conjuntas, resolver de manera colaborativa y apoyarse en problemas en

momentos de dificultad. Esta cohesión familiar promedio, con tendencia hacia los valores elevados, puede estar relacionada con múltiples factores. Cuando existe una buena integración y unión en la pareja, se fortalece el sentido de pertenencia y se fomenta la colaboración y el apoyo mutuo. Esto contribuye a crear un clima emocional positivo en la relación, donde ambos miembros se sienten valorados y respaldados. Además, la cohesión familiar también puede influir en la calidad de la comunicación y la resolución de conflictos. Cuando existe una buena integración, se facilita la expresión de emociones y pensamientos, lo que a su vez permite una comunicación más efectiva y una mejor comprensión entre los miembros de la pareja. Asimismo, esta integración fortalece la capacidad de trabajar juntos para encontrar soluciones a los problemas y superar los desafíos que puedan surgir en la relación (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012).

Dimensión atracción de la pareja. En esta dimensión, el 50% de las parejas experimenta una satisfacción marital término medio; el 32.7% tiene una satisfacción marital alta y el 17.3% posee una satisfacción marital baja. La dimensión de atracción de la pareja, que abarca la valoración del atractivo físico y la simpatía espiritual de la pareja, también desempeña un papel significativo en la adaptación de la familia al entorno rural. El hecho que las parejas de la muestra se tengan un grado de atracción promedio, con tendencia a los valores altos, es un factor importante en la satisfacción marital, sobre todo en el entorno rural, donde las interacciones sociales pueden ser más limitadas, el atractivo físico puede desempeñar un papel importante en el fortalecimiento del vínculo entre la pareja. La atracción física puede generar una mayor intimidad y conexión emocional, lo que contribuye a una relación más sólida y satisfactoria. Además, la simpatía espiritual, que se refiere a la compatibilidad de valores, intereses y metas entre los miembros de la pareja, también es relevante en el entorno rural. Compartir una visión de vida similar y tener objetivos en común facilita la convivencia y la colaboración en la toma de decisiones. En el entorno rural, donde las actividades y responsabilidades diarias pueden estar relacionadas con la vida familiar y el trabajo agrícola, la simpatía espiritual fortalece la cohesión de la pareja y su capacidad para enfrentar los desafíos juntos. La atracción de los miembros de la pareja es un factor clave en la adaptación de la familia al entorno rural de diversas maneras. Por ejemplo, una pareja que se siente comprometida físicamente y espiritualmente puede tener una mayor motivación para apoyarse en la crianza de los hijos, la gestión de la economía familiar y la participación en actividades comunitarias (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012; Nava, 2004).

Dimensión apoyo familiar. Según los datos del cuadro 8, el 55.8% de las parejas estudiadas tienen un grado de satisfacción marital término medio; le sigue en segundo lugar la satisfacción marital alta con el 30.8% y, en tercer lugar, está la satisfacción marital baja con el 13.5%: Nuevamente en esta dimensión como en las anteriores se aprecia una concentración de los puntajes en la categoría media, pero con tendencia al valor elevado. La dimensión de apoyo familiar, que se refiere al apoyo que la pareja recibe de la familia extensa, también desempeña un papel significativo en la adaptación de la familia al entorno rural. En el campo, donde la familia extensa (hermanos, suegros, tíos, etc.) suele ser una parte integral de la vida cotidiana, en labores como la agricultura, el cuidado de los animales, la protección de la casa, ayuda con la crianza de los hijos, etc., el apoyo familiar puede ser un factor determinante en la adaptación y el bienestar de la pareja. Las parejas que salen adelante casi en todos los casos tienen el apoyo de la familia extensa, ya sea en el aspecto emocional, económico, práctico y social. Hay que tomar en cuenta que el apoyo emocional proveniente de la familia extensa puede brindar un sentido de pertenencia y seguridad a la pareja. En momentos de dificultades o estrés, contar con el respaldo emocional de los miembros de la familia extensa puede ayudar a la pareja a afrontar los desafíos de manera más efectiva. Este apoyo emocional puede proporcionar un entorno de apoyo y comprensión, lo que contribuye a una mayor satisfacción marital y a una mejor adaptación al entorno rural. En las parejas jóvenes, que no cuentan con un patrimonio ni fuente laboral estable, muchas veces con más de un niño pequeño, el apoyo emocional, el apoyo económico y práctico de la familia extensa es crucial para la sobrevivencia de la familia. En muchas comunidades rurales de la provincia O'Connor, donde las oportunidades de empleo pueden ser limitadas, donde la agricultura es incierta, el apoyo económico proveniente de la familia extensa puede ayudar a la pareja a enfrentar las dificultades financieras y a mantener una calidad de vida adecuada. Además, el apoyo práctico, como el cuidado de los hijos, la ayuda en las tareas domésticas o el apoyo en las actividades agrícolas, puede aliviar la carga de responsabilidades de la pareja y facilitar la madurez e integración de la misma. Muchas de las parejas que se separan se debe, en gran parte, a la falta de apoyo de la familia extensa o, incluso, a su oposición y negativa de que estén juntos (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012; Nava, 2004).

Dimensión estabilidad económica. En el cuadro 8 se puede apreciar que en la categoría de satisfacción marital término medio está el 50% de las parejas estudiadas; le sigue en segundo lugar la categoría satisfacción marital alta, con el 28.8% y con un puntaje mucho más bajo

(21.2%) aparece la categoría satisfacción marital baja. La dimensión de estabilidad económica, que se refiere al grado de solvencia económica de la familia, también desempeña un papel importante en la satisfacción marital de la pareja. En el entorno rural, donde las oportunidades de empleo y los recursos económicos pueden ser limitados, la estabilidad económica de la familia puede tener un impacto significativo en la satisfacción marital y en la adaptación general, pues según nuestras observaciones, las parejas que están atravesando por crisis, en gran parte tienen una estabilidad económica muy precaria. El hecho es que una mayor estabilidad económica proporciona a la pareja una sensación de seguridad y confianza en su capacidad para cubrir sus necesidades básicas y enfrentar los desafíos económicos que pueden surgir. Cuando la familia experimenta una estabilidad económica, existe una mayor probabilidad de satisfacer las necesidades básicas de alimentación, vivienda, educación y atención médica. Esto crea un entorno propicio para el desarrollo de la familia y reduce el estrés financiero, lo cual puede tener un efecto positivo en la relación de pareja. Además, la estabilidad económica también puede influir en la capacidad de la pareja para participar en actividades sociales y comunitarias, lo cual es especialmente relevante en el entorno rural, pues incrementa la autoestima de la pareja y el prestigio de la familia. Una situación económica estable puede permitir a la pareja involucrarse en ciertas actividades recreativas, como las fiestas patronales, tener mejor vestidos a los hijos, sembrar en mayor extensión, tener más animales en la granja, lo cual les lleva a ser bien vistos por la comunidad. Esto fortalece los vínculos sociales y mejora el sentido de pertenencia, lo que contribuye a una adaptación más positiva de la pareja y satisfactoria elevada en el entorno rural (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012; Nava, 2004).

Dimensión satisfacción personal. Los datos numéricos indican que en esta dimensión las parejas estudiadas de la provincia O'Connor tienen una satisfacción marital término medio en el 51.9%; en segundo lugar, aparece la categoría de satisfacción marital alta con el 32.7%. En tercer lugar, está la categoría satisfacción marital baja, con el 15.4%. Es necesario recordar que la dimensión de satisfacción personal, se refiere a la autopercepción positiva, la autoestima elevada y la sensación de estar en el camino de la autorrealización. Dicha dimensión es fundamental para la adaptación de la pareja al entorno rural y el cumplimiento de sus metas. Las investigaciones al respecto demuestran que cuando la pareja experimenta una satisfacción personal elevada, está más preparada para enfrentar los obstáculos y superar las adversidades que les presenta la vida. La autopercepción positiva y la autoestima elevada permiten a la pareja tener una imagen saludable de sí mismos y confiar en sus capacidades individuales y conjuntas. Esto se traduce

en una mayor confianza en la toma de decisiones, en la comunicación efectiva y en la resolución de conflictos de manera constructiva. Además, la sensación de estar en el camino de la autorrealización implica que tanto los individuos como la pareja tienen claridad en sus metas y propósitos personales, lo cual les brinda dirección y motivación en su vida cotidiana. Esta sensación de estar en sintonía con sus aspiraciones y valores personales contribuye a una mayor satisfacción marital y a una adaptación más positiva en el entorno rural. La satisfacción personal no depende únicamente de las características de la pareja, sino que está influenciada por una combinación de factores internos y externos, tales como el estilo de crianza de los padres, las experiencias infantiles, la tenencia o no de hijos, las relaciones interpersonales con la familia ampliada y las oportunidades de crecimiento personal (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012; Nava, 2004).

Dimensión valores conyugales. En el cuadro 8 se puede apreciar que, en esta dimensión, el valor mayor cae en la categoría de satisfacción marital término medio, con un puntaje bastante elevado (57.7%); en segundo lugar, está la categoría de satisfacción marital alta, con el 26.9%. En último lugar aparece la categoría de satisfacción marital baja, con el 15.4%. La dimensión de valores conyugales, que incluye los valores tradicionales o ancestrales que propician la estabilidad de la pareja, desempeña un papel importante en la adaptación de la familia al entorno rural. En el entorno rural, donde las tradiciones y los valores arraigados suelen tener una presencia significativa, estos valores conyugales pueden ser especialmente relevantes para la satisfacción marital y la adaptación familiar. La fidelidad es uno de los valores conyugales que promueve la estabilidad de la pareja. En el entorno rural, donde las redes sociales suelen ser más estrechas y la interacción entre los miembros de la comunidad es más frecuente, la fidelidad se valora como una forma de mantener la confianza y preservar la unidad de la pareja. La fidelidad fortalece los lazos emocionales y contribuye a la seguridad y la estabilidad de la relación. La perdurabilidad a lo largo del tiempo es otro valor conyugal importante en el entorno rural. Una de las recomendaciones que les dan los padres de los novios cuando se casan o juntan es que o se separen o que superen las adversidades y que el matrimonio es para toda la vida. Este calor de comprometerse a largo plazo y mantener una relación duradera está muy arraigado en las generaciones pasadas y se mantiene bastante fuerte en el campo. En un entorno donde las relaciones familiares y comunitarias pueden ser más estables y arraigadas, la perdurabilidad se considera un valor fundamental para la construcción de una vida familiar sólida, pues las parejas que se separan pierden estatus en la comunidad y, particularmente la mujer, entra en un plano

de desventaja al formar una nueva familia. La pareja que valora la perdurabilidad está dispuesta a superar los desafíos y a comprometerse en el conjunto a lo largo del tiempo. La división del trabajo es otro valor conyugal que puede ser relevante en el entorno rural. En muchas comunidades rurales, las tareas y responsabilidades están claramente definidas en función de los roles tradicionales de género. La valoración de la división del trabajo contribuye a la organización y eficiencia en la vida familiar, permitiendo que cada miembro de la pareja asuma responsabilidades específicas de acuerdo a sus habilidades y roles esperados. También hay que considerar que el respeto a los mayores es otro valor conyugal importante en el entorno rural. En el campo, se suele dar un gran valor a la sabiduría y experiencia de los mayores. El respeto hacia ellos implica reconocer su autoridad y valorar sus consejos y enseñanzas, algo que en gran parte se ha perdido en las grandes ciudades. Este valor fortalece los lazos familiares y comunitarios, y contribuye a la transmisión de valores y tradiciones de generación en generación. El apego a la tierra y a las tradiciones es otro valor conyugal relevante en las parejas campesinas. La conexión con la tierra y el arraigo a las tradiciones locales generan un sentido de identidad y pertenencia a la comunidad. La pareja que valora este apego puede encontrar en él una fuente de estabilidad y arraigo emocional, así como un sentido de continuidad y conexión con generaciones pasadas. De manera general, las parejas que dan importancia a estos valores, tienen muchas más probabilidades de triunfar como pareja y como familia en el entorno rural (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012; Nava, 2004).

Dimensión semejanza como pareja. En esta última dimensión, también se aprecia que predomina el valor de la categoría satisfacción marital término medio (46.2%); en segundo lugar, está la categoría satisfacción marital alta, con el 34.6% y, en tercer lugar, la satisfacción marital baja, con el 19.2%. Tomando en cuenta que la dimensión de semejanza como pareja, también conocida como homogamia, se refiere a las características entre los miembros de la pareja que contribuyen a su compatibilidad y satisfacción marital, tales como la edad, el patrimonio familiar, la apariencia física, las metas e ideales, la religión, la salud física, las expresiones emocionales y el atractivo sexual, entre otros, es un factor que puede influir en la satisfacción marital. Por ejemplo, la teoría indica que las parejas con una diferencia de edad moderada pueden compartir etapas de vida y tener intereses y expectativas más cercanas, lo que facilita la comprensión mutua y la conexión emocional, a diferencia de las parejas con una marcada diferencia en edad, donde puede existir menos compatibilidad. La semejanza en este factor puede contribuir a un mayor entendimiento en términos de energía, estilo de vida y metas

a largo plazo. El patrimonio familiar también puede influir en la satisfacción marital. Las parejas que tienen un nivel socioeconómico similar pueden experimentar menos tensiones y conflictos relacionados con diferencias económicas. En aquellas parejas donde uno de los miembros aportó mucho más que el otro, suelen surgir divergencias y discusiones sobre la inequidad de las contribuciones. Las familias con un patrimonio producto del esfuerzo mutuo y parejo, suelen ser más estables y la pareja goza de mayor salud financiera que puede brindar estabilidad y seguridad a la familia, lo que a su vez puede aumentar su satisfacción y bienestar marital. La apariencia física es otro aspecto importante en la dimensión de semejanza como pareja. Las parejas que comparten una atracción física mutua pueden experimentar una mayor satisfacción en su relación. La percepción de la belleza y el atractivo físico puede influir en la calidad de la conexión emocional y sexual entre los miembros de la pareja. En aquellas parejas donde uno de los miembros tiene la percepción que estéticamente ha sido desfavorecido en la unión conyugal, tiene insatisfacción, lo cual alimenta discusiones y malos entendidos. Por otra parte, la similitud en metas e ideales también puede contribuir a la satisfacción marital. Las parejas que comparten valores, intereses y objetivos tienen más probabilidades de sentirse alineados en sus aspiraciones y decisiones vitales. Esto puede fomentar un sentido de compañerismo y colaboración, lo que a su vez promueve la satisfacción y la armonía en la relación. El aspecto espiritual no es menos importante, pues la semejanza en creencias religiosas es un factor importante en la dimensión de semejanza como pareja. Las parejas que pueden compartir creencias religiosas y prácticas espirituales similares encuentran una mayor cohesión y apoyo en su relación. La religión puede proporcionar un marco de valores compartidos, rituales y una comunidad de apoyo, lo que puede fortalecer la conexión y la estabilidad marital. Las parejas con amplias diferencias espirituales, particularmente si uno de los miembros pertenece a alguna religión con principios fundamentalistas, como ser prohibición de beber, fumar, tener relaciones sexuales pre matrimoniales, uso de anticonceptivos, etc., tienen pocas probabilidades de perdurabilidad y los miembros experimentan baja satisfacción marital (Russell y Wells, 1990, citado por Domínguez, 2012; Nava, 2004).

**Cuadro 6. Satisfacción marital de los padres por sexo**

GRADO DE SATISFACCIÓN MARITAL	Sexo				Total	
	Hombre		Mujer			
	F	%	F	%	F	%
Satisfacción marital baja	6	26,1%	3	10,3%	9	17,3%
Satisfacción marital término medio	11	47,8%	16	55,2%	27	51,9%
Satisfacción marital alta	6	26,1%	10	34,5%	16	30,8%
Total	23	100,0%	29	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 9 se puede observar que las mujeres tienen mayor satisfacción marital alta, pues tienen un porcentaje del 34.5%, en comparación al 26.1% de los hombres. A su vez, en la categoría de satisfacción marital baja los hombres tienen 26.1%, mientras que las mujeres dieron un puntaje mucho menor (10.3%). Esto significa que las mujeres de la muestra están más satisfechas con el matrimonio o la relación conyugal.

Las investigaciones consultadas analizan este hecho desde diferentes puntos de vista. En primer lugar, señalan que es importante tener en cuenta que las expectativas y roles de género tradicionales pueden desempeñar un papel en la satisfacción marital; dichas expectativas sociales asociadas a la vida marital están mucho más acentuadas en las mujeres, particularmente en el área rural. En muchas culturas, se espera que las mujeres asuman múltiples roles en el ámbito familiar, incluyendo el cuidado de los hijos, las tareas domésticas y la atención emocional de la pareja. Si estas expectativas se cumplen y se valoran de manera positiva, las mujeres pueden experimentar una mayor satisfacción en su rol marital. La labor principal de las mujeres adultas del área rural, en la provincia O'Connor, están asociadas a las labores del hogar, el cuidado de los hijos y la atención al marido. Cómo estas labores se cumplen en la mayor parte de los casos, las mujeres se sienten satisfechas con el cumplimiento de este rol.

En gran parte de las culturas latinas existe una valoración tradicional de los roles de madre y esposa, por lo cual muchas de ellas se sienten realizadas al estar casadas y formar una familia con hijos. Muchos estereotipos sociales de las sociedades latinas, promueven la idea de que la realización de una mujer se encuentra en su capacidad para ser madre y esposa, influenciados por factores culturales, religiosos y sociales arraigados en tradiciones y creencias. En el área

rural las mujeres, que ven reducidas las opciones de vida al llegar a la juventud, pueden sentirse satisfechas al casarse y tener hijos, por lo cual presentan mayores índices de satisfacción marital. Para muchas mujeres la crianza de los hijos y la construcción de un hogar pueden brindar un sentido de propósito y plenitud en su existencia y les otorga identidad en la comunidad.

En el contexto del área rural, las mujeres pueden enfrentar desafíos adicionales y limitaciones en cuanto a las opciones de vida disponibles en comparación con las áreas urbanas. Las condiciones socioeconómicas, la falta de oportunidades educativas y laborales, así como la escasez de recursos y servicios pueden contribuir a la percepción de que el matrimonio y la maternidad son opciones fundamentales en la vida de las mujeres. Las oportunidades de empleo y de opciones distintas al rol tradicional de amas de casa son más limitadas, con una mayor dependencia de actividades agrícolas o tradicionales. En este contexto, el matrimonio y la maternidad pueden ser vistos como opciones más viables y socialmente aceptadas para las mujeres, ya que brindan una sensación de estabilidad, apoyo y pertenencia en un entorno comunitario. Además, las expectativas culturales y sociales en las áreas rurales pueden reforzar la importancia del matrimonio y la maternidad como parte integral del rol de la mujer. La influencia de las tradiciones y los valores de la comunidad pueden estar estrechamente vinculadas a la formación de familias y al nacimiento de hijos. En este sentido, el matrimonio y la maternidad pueden ser vistos como una forma de cumplir con las expectativas sociales y preservar la identidad cultural en el entorno rural (Nava, 2004).

Los estereotipos de género pueden influir en las expectativas sociales y en la forma en que las mujeres se perciben a sí mismas y a sus roles en el matrimonio y la maternidad. Estos estereotipos suelen reforzar la idea de que la mujer debe cumplir con ciertas responsabilidades y roles tradicionales en la familia, lo cual lleva a muchas mujeres a sentirse satisfechas con el cumplimiento de esas expectativas. En el entorno rural se atribuye a la mujer adulta y casada el rol de madre como fuente principal de cuidado y crianza de los hijos. En muchas sociedades, particularmente latinas, se espera que las mujeres asuman el papel central en el cuidado de los hijos, brindando atención física y emocional, educación y apoyo en su desarrollo. Asimismo, se espera que las mujeres asuman la responsabilidad de mantener la armonía y la organización en el hogar, encargándose de las tareas domésticas, la planificación de las comidas y el cuidado del bienestar de la familia. Existe la idea de que el matrimonio es un logro importante para las mujeres, y se considera un símbolo de éxito y estabilidad, por lo cual se espera que las mujeres

busquen un compañero y formen una familia como una de las metas más significativas en su vida. A menudo se asume que el esposo es el principal proveedor económico del hogar, mientras que se espera que las mujeres se centren en las responsabilidades domésticas y de cuidado. Esto puede limitar la autonomía económica de las mujeres y generar dependencia económica de sus parejas, induciéndolas a valorar más la vida conyugal. En este contexto, se espera que las mujeres cumplan con las características y roles asociados a la feminidad tradicional, como ser amables, sumisa, complacientes y enfocadas en el cuidado de los demás.

Por otra parte, las mujeres encuentran mayor satisfacción marital pues en la edad adulta ellas experimentan mayor satisfacción sexual en el entorno del matrimonio, debido a diversos factores, como ser: El compromiso y la intimidad emocional que se desarrolla en una relación a largo plazo pueden favorecer un ambiente de confianza y comunicación que influye positivamente en la satisfacción sexual. Además, el conocimiento mutuo de las preferencias y deseos sexuales, así como la posibilidad de establecer una rutina y una frecuencia adecuada de encuentros sexuales, pueden contribuir a una mayor satisfacción en el ámbito sexual (Armenta-Hurtarte et al, 2012).

**Cuadro 7. Satisfacción marital de los padres por edad**

GRADO DE SATISFACCIÓN MARITAL	Edad de los padres						Total	
	40-47 años		48-55 años		56 y más			
Satisfacción marital baja	6	26,1%	3	12,5%	0	0,0%	9	17,3%
Satisfacción marital término medio	14	60,9%	11	45,8%	2	40,0%	27	51,9%
Satisfacción marital alta	3	13,0%	10	41,7%	3	60,0%	16	30,8%
Total	23	100,0%	24	100,0%	5	100,0%	52	100,0%

Los datos del cuadro 10 indican que las parejas de padres, casados o concubinos, tienen mayor satisfacción marital a medida que aumenta la edad. En la categoría de satisfacción marital alta de todos los padres de 40-47 años, el 13% se ubica en este nivel; en cambio en los padres de 48-55 años el porcentaje sube a 41.7% y, al llegar a los 56 años y más, el 60% de los padres dice tener una satisfacción marital alta. De manera inversa, en la categoría de satisfacción marital baja, no hay ningún padre de más de 56 años que se haya ubicado en ese nivel; pero sí el 26.1%

de los padres de 40-47 años sí experimenta satisfacción marital baja. Estos resultados sugieren que la edad es un factor positivo en la satisfacción marital, pues el paso de los años, por diferentes factores, optimiza las condiciones para que haya mayor satisfacción en el entorno de la pareja.

Diferentes investigadores han abordado este tema. A continuación, se citan algunas de las conclusiones de estos estudios, las cuales argumentan por qué las parejas de mayor edad tienen, en promedio, mayor satisfacción marital:

Con el paso de los años, las parejas suelen haber consolidado una relación más estable y duradera. Han atravesado juntos diferentes etapas de la vida, lo que les ha permitido fortalecer su compromiso mutuo y desarrollar estrategias para resolver conflictos de manera más efectiva. Las parejas de mayor edad han acumulado una mayor experiencia en la vida y en las relaciones. Han enfrentado desafíos, superado obstáculos y aprendido lecciones importantes que les han permitido crecer tanto a nivel individual como en su relación de pareja. Esta experiencia puede contribuir a una mayor comprensión y tolerancia hacia el otro, así como a la adopción de estrategias más efectivas para mantener la satisfacción marital. En el entorno rural, existen tradiciones y roles de género arraigados que pueden influir en las parejas. Con el tiempo, las parejas mayores han tenido la oportunidad de adaptarse y ajustarse a estas expectativas culturales y sociales, lo que puede generar una mayor armonía y satisfacción en la relación. En las zonas rurales, es común encontrar una mayor conexión y apoyo dentro de la comunidad. Las parejas mayores pueden mejorar de este entorno social, recibir apoyo emocional, consejos y recursos por parte de amigos, familiares y vecinos. Este respaldo social puede contribuir a una mayor satisfacción marital al proporcionar un sentido de pertenencia y seguridad.

Desde la perspectiva de la psicología social, estos resultados podrían interpretarse en términos de la influencia de factores socioemocionales y de desarrollo. El paso del tiempo permite que las parejas establezcan una mayor intimidad emocional, construyan una historia compartida y desarrollen un mayor sentido de compromiso y apoyo mutuo. Además, las parejas mayores pueden tener una mejor comprensión de sus propias necesidades y las de sus parejas, lo que les permite tomar decisiones más informadas y adaptarse a los cambios que ocurren en el transcurso de la relación. En el contexto rural, observamos ejemplos de parejas mayores que han atravesado juntas diversas experiencias, como criar a sus hijos, enfrentar desafíos económicos, trabajar en

la tierra o mantener tradiciones culturales. Estas experiencias compartidas pueden fortalecer el vínculo y generar una mayor satisfacción marital en estas parejas (Armenta-Hurtarte et al, 2012). Las parejas de mayor edad fundamentan su satisfacción marital debido a una serie de factores como el compromiso generado por la presencia de hijos, la valoración de los valores tradicionales y el rechazo al divorcio, el temor al estigma social asociado al divorcio, la importancia de la estabilidad económica y la menor preocupación por experiencias extramatrimoniales. Las parejas de mayor edad se sienten más comprometidas debido a la responsabilidad y la conexión emocional que han desarrollado con sus hijos a lo largo del tiempo. La crianza de los hijos puede fortalecer el vínculo y generar una sensación de propósito y satisfacción en la relación. La presencia de hijos de mayor edad, refuerza la unión de los padres y les otorga una razón más para experimentar mayor satisfacción marital. Desde la teoría del apego, se entiende que el compromiso generado por la presencia de hijos puede fortalecer el vínculo y crear un sentido de responsabilidad compartida en la pareja.

En las parejas de mayor edad existe mayor temor al estigma social asociado al divorcio que las parejas de jóvenes, que suelen ser más liberales. La teoría social destaca la importancia de la aceptación y la pertenencia social, rasgo más acentuado en las personas de mayor edad. El miedo al juicio de los demás y la preocupación por el estigma pueden influir en la decisión de mantener una relación insatisfactoria, ya que las parejas pueden preferir evitar la desaprobación social. También es un hecho destacable que las parejas de mayor edad, en promedio, están en mejor posición económica que las parejas más jóvenes. En este sentido, la estabilidad económica también puede ser un factor importante en la satisfacción marital, ya que brinda seguridad material y la capacidad de satisfacer las necesidades básicas de la familia. Esto puede generar una sensación de bienestar y contribuir a la satisfacción general en la relación.

A medida que asciende a la edad, desciende el interés por participar en experiencias extramatrimoniales furtivas, motivadas sobre todo por intereses eróticos. Sobre este punto es posible que las parejas de mayor edad hayan experimentado cambios en sus prioridades y enfoque de la intimidad sexual. Pueden valorar más la conexión emocional, la compañía y la compatibilidad en lugar de una búsqueda constante de nuevas experiencias sexuales

Por otra parte, el envejecimiento de la pareja suele implicar cambios físicos y una disminución de la atracción física percibida externamente. Las parejas de mayor edad suelen tener valores más arraigados y tradicionales, lo que podría influir en su percepción del matrimonio como un

compromiso duradero y en su resistencia al divorcio. Estos valores pueden basarse en creencias culturales, religiosas o personales. Este convencimiento que el matrimonio es para siempre, contribuye a incrementar la satisfacción marital. Las parejas entradas en años experimentan mayor temor al estigma social asociado al divorcio. El estigma social puede tener un impacto significativo en la decisión de mantener una relación matrimonial insatisfactoria.

En las parejas de mayor edad suele disminuir la capacidad de cambio por la simple novedad. A medida que envejecemos, es natural que nos volvamos más arraigados a nuestras rutinas y costumbres establecidas a lo largo del tiempo. Esta resistencia al cambio puede influir en la decisión de mantener y valorar el matrimonio como una fuente de estabilidad y seguridad y ver el cambio como algo incierto y poco convincente. La idea de comenzar una nueva vida al lado de una nueva pareja puede generar ansiedad en las parejas de mayor edad, lo cual para las parejas jóvenes puede representar un desafío agradable. Después de años de convivencia y vínculo emocional, es comprensible que el pensamiento de separarse y enfrentarse a una situación desconocida pueda resultar abrumador y estresante. El miedo a lo desconocido y la incertidumbre de cómo sería la vida con una nueva pareja pueden llevar a cabo a que las parejas de mayor edad se aferren más al matrimonio existente. Además, la inercia o la simple costumbre del estilo de vida vigente a lo largo de varios años, desempeña un papel importante en la satisfacción marital de las parejas de mayor edad y suele mermar el interés al cambio o la separación. Con el paso del tiempo, las rutinas, los roles y las dinámicas de la relación se vuelven más arraigados y familiares. Estas dinámicas pueden generar un sentido de comodidad y estabilidad en la relación, lo cual contribuye a la satisfacción marital (Nava, 2004).

**Cuadro 8. Satisfacción marital de los padres por estado civil**

GRADO DE SATISFACCIÓN MARITAL	Estado civil de los padres				Total	
	Concubinos		Casados			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Satisfacción marital baja	3	9,4%	6	30,0%	9	17,3%
Satisfacción marital término medio	18	56,3%	9	45,0%	27	51,9%
Satisfacción marital alta	11	34,4%	5	25,0%	16	30,8%
Total	32	100,0%	20	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 11 los resultados sugieren que las parejas de concubinos tienen mayor satisfacción marital que las parejas de casados. Por ejemplo, en la categoría de satisfacción marital alta, los concubinos tienen un porcentaje de 34.4% y los casados dieron un porcentaje menor: 25%. De igual manera, en la categoría de satisfacción marital baja, los casados tienen mayor porcentaje (30%) que los concubinos.

Existen varios argumentos que podrían respaldar los resultados que indican que las parejas de concubinos en el área rural experimentan mayor satisfacción marital que los casados. En primer lugar, hay que indicar que las parejas de concubinos suelen tener una mayor flexibilidad en sus relaciones y menos restricciones legales y sociales en comparación con las parejas casadas. Esta mayor flexibilidad les permite adaptar su relación a sus necesidades individuales y establecer acuerdos basados en la autonomía y la igualdad de poder. Por ejemplo, pueden tomar decisiones conjuntas sin sentirse atados por las convenciones tradicionales del matrimonio, lo que puede contribuir a una mayor satisfacción marital.

Por otra parte, hay que tomar en cuenta que las parejas de concubinos pueden experimentar menos presiones externas y expectativas sociales en comparación con las parejas casadas. Al no estar legalmente casados, pueden evitar ciertos estereotipos y roles de género preestablecidos, lo que les permite establecer dinámicas más equitativas y satisfactorias en la relación. Además, al no estar sujetos a las expectativas sociales y familiares tradicionales, pueden tener más libertad para vivir su relación de acuerdo con sus propios valores y necesidades. Los estudios revelan que las parejas de concubinos suelen tener una comunicación más abierta y directa debido a la falta de formalidades y estructuras legales asociadas al matrimonio. Al no tener la "etiqueta" del matrimonio, pueden sentirse más libres para expresar sus deseos, necesidades y preocupaciones, lo que facilita una comunicación más sincera y efectiva. Esta comunicación abierta puede contribuir a una mayor satisfacción marital al fomentar la comprensión mutua y la resolución de conflictos de manera más constructiva. Principalmente, las parejas de concubinos suelen experimentar una menor presión y ansiedad relacionadas con el riesgo de divorcio. Al no estar legalmente casados, no tienen que enfrentar el proceso legal y emocionalmente agotador del divorcio en caso de ruptura. Esta percepción de menor riesgo de separación puede brindarles una sensación de seguridad y estabilidad en la relación, lo que contribuye a una mayor satisfacción marital (Armenta-Hurtarte et al, 2012).

Existen investigaciones que respaldan la percepción de muchas parejas casadas de que el matrimonio puede mermar la espontaneidad y la iniciativa de conquistar constantemente a la pareja. El matrimonio es un compromiso legal que brinda una sensación de seguridad y estabilidad en la relación. Al tener un vínculo legalmente reconocido, existe una mayor confianza en la permanencia de la pareja y la continuidad de la relación. Esto puede llevar a una sensación de comodidad y relajación en la relación, lo que puede resultar en una disminución de la necesidad de conquistar constantemente a la pareja. Con el paso del tiempo, es común que las parejas casadas desarrollen rutinas y patrones establecidos en su vida cotidiana. La familiaridad y la rutina pueden afectar la espontaneidad y la iniciativa romántica, ya que se tiende a caer en hábitos predecibles y cómodos. La pareja puede perder la motivación para esforzarse constantemente en conquistar al otro debido a la sensación de familiaridad y la falta de novedad en la relación. En el matrimonio, las parejas pueden sentir menos presión para impresionar y seducir a su cónyuge de la misma manera que lo hacían durante el noviazgo. La idea de tener a la pareja "asegurada" legalmente puede disminuir la necesidad de mantener una imagen constantemente atractiva y cautivadora. En cambio, puede prevalecer una sensación de aceptación mutua y comodidad en la relación.

Algunos estudios sugieren que, en el concubinato, donde no hay un compromiso legal, puede existir una mayor percepción de riesgo y de que la pareja puede irse en cualquier momento. Esta percepción crea un incentivo para mantener la chispa y la pasión en la relación. Los concubinos pueden sentir la necesidad de ser más creativos y románticos para mantener viva la conexión emocional y evitar la posibilidad de que la pareja se aleje.

La relación de concubinos, al no estar sujeta a un compromiso legal formal, puede ser percibida por algunas parejas como más genuina y romántica, con un toque de complicidad y amor furtivo. Al no existir un vínculo legal, las parejas pueden experimentar una sensación de libertad y flexibilidad en la relación. Esto les brinda la oportunidad de explorar y disfrutar de una mayor espontaneidad en su vida amorosa. Pueden planificar escapadas románticas sorpresa, disfrutar de citas inesperadas o incluso sorprenderse con pequeños gestos románticos. La falta de compromisos legales puede permitirles ser más libres y creativos en su expresión de amor y afecto.

Los concubinos, al no estar atados por un matrimonio formal, tienen una mayor sensación de complicidad y unión. La sensación de amor furtivo y secreto no disminuye, lo que agrega un

elemento de emoción y misterio. Este sentido de complicidad puede fortalecer la intimidad y el vínculo entre la pareja, ya que comparten algo especial que es exclusivamente suyo. Pueden disfrutar de momentos íntimos y emocionarse al saber que están viviendo su amor de una manera única y personal. En algunas culturas o comunidades, el matrimonio puede estar cargado de expectativas sociales y presiones externas. El concubinato, al ser menos reconocido y aceptado socialmente, puede brindar a las parejas una sensación de liberación de estas expectativas. Pueden establecer sus propias reglas y definir el éxito de su relación en función de su propia felicidad y satisfacción, en lugar de estar influenciados por las normas sociales preestablecidas. Esta falta de presión social puede permitirles vivir su relación de una manera más auténtica y sincera, lo que contribuye a una mayor satisfacción marital. Al elegir vivir en concubinato, las parejas pueden ser más conscientes de la importancia y el valor de su relación. Al no tener la garantía legal del matrimonio, pueden esforzarse más por mantener la conexión emocional, la confianza y el compromiso mutuo. Esta valoración consciente de la relación puede llevar a una mayor satisfacción marital, ya que las parejas coinciden que deben trabajar activamente para mantener y fortalecer su vínculo, lo que genera una sensación de aprecio y gratitud mutua (Ávila y Miranda, 2008).

### **5.3. OBJETIVO 2. ESTABLECER EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS HIJOS**

En el objetivo dos se ha empleado la Escala De Bienestar Psicológico de Ryff Carol (2004), según la adaptación española por Díaz et al. (2006). En el contexto de estos autores, el bienestar psicológico *“Es el estado mental y emocional que surge del balance de la aplicación, por parte del individuo, de su modelo individual y la forma de adaptarse a requerimientos internos y externos del área físico y social”* (Ryff, 2004: 189). Esta variable se mide a través de un instrumento de 39 ítems y seis dimensiones.

**Cuadro 9. Bienestar psicológico de los hijos/as**

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	16	30,8
Nivel medio	24	46,2
Nivel alto	12	23,1
Total	52	100,0

En el cuadro 12 se puede apreciar que el bienestar psicológico de los hijos evaluados, corresponde principalmente a la categoría término medio (46.2%); le sigue en segundo lugar la categoría nivel bajo (30.8%) y en tercer lugar está la categoría nivel alto (23.1%). Esto significa que casi la mitad de la muestra se ubica en el nivel medio, pero con cierta inclinación al nivel bajo, pues es el que aparece en segundo lugar.

A continuación se interpreta estos datos en base a la teoría de Ryff (2004) y de otros autores consultados sobre el tema.

En la zona rural investigada (Provincia O'Connor), específicamente los hijos/as de los diferentes padres de la muestra, se pudo observar que la calidad de vida de ellos es muy limitada. Muchas de estas personas enfrentan problemas en su vida diaria debido a la falta de acceso a servicios básicos y recursos en comparación con las áreas urbanas. Por ejemplo, en algunas regiones rurales, las infraestructuras de transporte, comunicación y salud son escasas y hasta inexistentes, lo que puede generar sentimientos de aislamiento y dificultades para obtener, por ejemplo, atención médica adecuada. Esta falta de recursos puede aumentar el estrés y la preocupación en estas personas, influyendo en su bienestar psicológico. Por esta razón quizás las puntuaciones más frecuentes están en el nivel de bienestar psicológico medio con tenencia al polo bajo.

Además, el estilo de vida en el entorno rural a menudo implica trabajos esencialmente demandantes y rutinas laborales agotadoras. Los individuos pueden estar involucrados en actividades agrícolas o ganaderas que requieren un esfuerzo físico constante y prolongado. Esta realidad puede contribuir al cansancio y a la falta de tiempo para el autocuidado y el descanso adecuado. La acumulación de fatiga física y mental puede influir en la estabilidad emocional de estas personas, conduciendo a un bienestar psicológico medio con tendencia al nivel bajo. Otro factor importante que se observa en el contexto rural es la escasez de opciones recreativas y de entretenimiento. A diferencia de las áreas urbanas, donde hay una variedad de actividades culturales, deportivas y sociales disponibles, en las zonas rurales estas alternativas pueden ser limitadas e incluso inexistentes, exceptuando en las fiestas patronales, o alguna celebración particular de un vecino, ya sea por un cumpleaños o un matrimonio. La falta de opciones de ocio puede llevar a sentimientos de monotonía y aburrimiento, lo que a su vez puede afectar negativamente el bienestar emocional de las personas (Díaz et al, 2006).

Por otra parte, de manera paralela a las condiciones externas mencionadas, también se identificaron factores internos que contribuyen al bienestar psicológico medio con tendencia al nivel bajo en estas personas. Por ejemplo, algunos individuos pueden experimentar una falta de

apoyo social y emocional en el entorno rural. La estructura social de las comunidades rurales puede ser más tradicional y estrechamente conectada, lo que puede dificultar la expresión de emociones y la búsqueda de ayuda psicológica; la mayor parte de las personas viven un tanto aisladas en las casas que están muy separadas, por lo cual tienen poco contacto, comunicación y oportunidades de expresar sus pensamientos y emociones. Esta falta de apoyo puede resultar en sentimientos de soledad y aislamiento, lo que impacta negativamente en su bienestar general. Los hijos/as investigados tienen dificultades para expresar sus puntos de vista, por lo cual se ven algo tímidos y retraídos. Particularmente a las mujeres les cuesta expresar su individualidad y parecen temerosas de expresar su punto de vista. Expresaron desconfianza de brindar información sobre su vida e indagaron sobre el fin de los datos. De manera general tienen pocos ánimos de enfrentar desafíos y tienen una actitud de resignación a la condición en la que viven. Con frecuencia repiten que no tuvieron oportunidades en la vida, de estudiar y de cambiar de estilo de vida; en general experimentan sentimientos de insatisfacción con ellos mismos. Son un tanto autocríticos y reconocen con cierta facilidad sus debilidades y limitaciones en la vida. Suelen experimentar dificultades para confiar en los demás y tienen una menor capacidad para generar y mantener conexiones significativas. No expresan metas y ambiciones y tienen una actitud general de resignación; parecen haber aceptado que su condición de vida no cambiará demasiado. A pesar de la inconformidad manifiesta parecen sentirse cómodos con el entorno y la rutina diaria, pues esta no les exige demasiados cambios ni toma de decisiones. Esperan que sus hijos tengan más oportunidades, la que ellos no pudieron tener. Manifiestan una sensación de falta de control sobre su destino y pueden tener dificultades para superar obstáculos y manejar situaciones adversas.

El bajo nivel de vida en el área rural puede tener un impacto significativo en el bienestar psicológico de las personas que residen en estas zonas. La falta de acceso a servicios básicos en muchas áreas rurales, pueden generar altos niveles de estrés y preocupación, ya que las personas pueden enfrentar dificultades para satisfacer sus necesidades fundamentales. La incertidumbre y la preocupación constante sobre cómo satisfacer las necesidades básicas pueden generar ansiedad y afectar negativamente el bienestar psicológico. Las comunidades rurales suelen estar dispersas geográficamente, lo que puede resultar en un menor nivel de interacción social y una sensación de aislamiento. La falta de oportunidades para conectar con otros puede generar sentimientos de soledad y depresión. En muchas áreas rurales, las opciones de empleo suelen ser limitadas y los salarios pueden ser bajos. Esto puede llevar a la falta de satisfacción laboral,

frustración y preocupación por el futuro económico. La falta de oportunidades de desarrollo profesional y crecimiento puede generar sentimientos de estancamiento y desesperación, lo que impacta negativamente en el bienestar psicológico. El bajo nivel de vida en el área rural a menudo implica vivir en condiciones precarias, como viviendas deficientes, falta de servicios básicos como agua potable y saneamiento adecuado, y carencia de infraestructuras modernas. Estas condiciones pueden generar una sensación de desesperación y descontento, lo que afecta negativamente la calidad de vida y el bienestar psicológico de las personas (Vielma y Alonso, 2010).

**Cuadro 10. Bienestar psicológico de los hijos/as. Dimensiones**

Nivel Del Bienestar Psicológico	Dimensiones del bienestar psicológico											
	Autoaceptación		Relaciones sociales positivas		Autonomía o individualidad		Dominio del entorno		Propósito en la vida		Crecimiento personal	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nivel bajo	15	28,8	14	26,9	15	28,8	20	38,5	14	26,9	14	26,9
Nivel medio	27	51,9	23	44,2	26	50,0	20	38,5	29	55,8	25	48,1
Nivel alto	10	19,2	15	28,8	11	21,2	12	23,1	9	17,3	13	25,0
Total	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0

Según la información proporcionada por el cuadro 13 se puede indicar que en todas las dimensiones evaluadas por la Escala De Bienestar Psicológico de Ryff, se mantiene la relación observada en el cuadro 12, es decir, hay un predominio de la categoría de nivel medio en cuanto a bienestar psicológico, seguido por el nivel bajo y, en tercer lugar, está el nivel alto. A continuación, se analiza e interpreta los resultados de cada una de las dimensiones:

En la dimensión de autoaceptación el 51.9% de los hijos/as tiene un nivel medio de bienestar psicológico; seguido por el nivel bajo (28.8%) y en tercer lugar el nivel alto (19.2%). La autoaceptación se refiere a la capacidad de aceptarse a uno mismo, incluyendo tanto las fortalezas como las debilidades, y mantener una visión positiva de sí mismo en general. Las personas con un nivel medio en bienestar psicológico y una tendencia hacia lo bajo en la dimensión de autoaceptación, según la escala de Carol Ryff, tienen dificultades para lograr un nivel óptimo de autoaceptación, pues manifiestan una visión negativa de sí mismas y experimentar una falta de confianza en sus habilidades y capacidades. Pueden ser autocríticas y

tener una tendencia a enfocarse en sus defectos y errores en lugar de reconocer y valorar sus cualidades positivas. Esta falta de autoaceptación puede llevar a una baja autoestima y una disminución de la autoconfianza.

Desde la perspectiva de la psicología social, esto puede interpretarse como un resultado de factores sociales y culturales. Las normas sociales y ciertos estereotipos sociales, pueden influir en la forma en que las personas se ven a sí mismas. La presión social para cumplir con estándares y expectativas externas puede influir negativamente en la autocrítica y en la falta de autoaceptación. Por ejemplo, si las personas en el entorno rural reciben mensajes constantes de que solo se valora el éxito económico o la apariencia física, es posible que internalicen estos estándares y se sientan inadecuados si no los cumplen. Además, el entorno social también puede influir en la autoaceptación de estas personas. Si no se recibe un apoyo social adecuado o se enfrentan críticas y rechazos por parte de los demás, es más probable que tengan dificultades para aceptarse a sí mismos. La falta de relaciones positivas y de apoyo emocional puede llevar a la internalización de una visión negativa de sí mismas (Ryff, 2004; Véliz y Apodaca, 2012). Según el cuadro 13, la dimensión de relaciones sociales positivas, los hijos/as evaluados tienen un porcentaje de 44.2% en la categoría de nivel medio; le sigue el nivel bajo (26.9%), y finalmente está el nivel alto (28.8%). La dimensión de relaciones sociales positivas se refiere a la capacidad de establecer y mantener relaciones significativas y de apoyo en la vida de uno. Las personas con un nivel medio en bienestar psicológico y una tendencia hacia lo bajo en la dimensión de relaciones sociales positivas, según la escala de Carol Ryff, pueden experimentar dificultades en el establecimiento y mantenimiento de conexiones saludables y satisfactorias con los demás. Esto puede llevar a sentimientos de soledad, aislamiento y una sensación general de falta de conexión con los demás. Las características del entorno rural, como la dispersión geográfica y la estructura social más tradicional, pueden influir en la forma en que las personas interactúan y se relacionan entre sí. En algunas comunidades rurales, las oportunidades para establecer nuevas conexiones pueden ser limitadas debido a la falta de proximidad y opciones sociales.

Además, las normas y las expectativas culturales también pueden influir en la capacidad de estas personas para establecer relaciones sociales positivas. Si el entorno rural valora la independencia y la reserva emocional, es posible que las personas internalicen estas normas y tengan dificultades para expresar sus emociones y necesidades a los demás. Esto puede dificultar la

formación de relaciones cercanas y satisfactorias. Asimismo, las experiencias pasadas de rechazo, trauma o dificultades en las relaciones pueden afectar la disposición de estas personas a confiar en los demás y a buscar conexiones significativas. Si han experimentado relaciones conflictivas o han sido objeto de rechazo en el pasado, es posible que desarrollen barreras emocionales para protegerse de daños futuros, lo que dificulta el establecimiento de relaciones sociales positivas (Ryff , 2004; Véliz y Apodaca, 2012).

En cuanto a la dimensión de autonomía o individualidad, la información del cuadro 13 indica que existe un predominio de la categoría de nivel medio, con el 50% de la muestra; a continuación, está el nivel bajo con el 28.8% y, en tercer lugar, aparece la categoría de nivel alto con el 21.2%. La autonomía se refiere a la capacidad de ser independiente, autónomo y tener un sentido claro de identidad propia. Las personas con un nivel medio en bienestar psicológico y una tendencia hacia lo bajo en la dimensión de autonomía o individualidad, según la escala de Carol Ryff, tienen problemas en la capacidad de tomar decisiones y actuar de acuerdo con sus propios valores y metas. Lo que sucede es que estas personas dependen en gran medida de la opinión y aprobación de los demás para validar sus elecciones y acciones. Esto puede llevar a una sensación de falta de control y una disminución de la sensación de identidad y autonomía personal. A menudo esto se debe por la influencia de factores sociales y culturales en la formación de la identidad y la autonomía. Las expectativas sociales y las normas culturales pueden influir en la forma en que las personas definen su sentido de sí mismas y en cómo se sienten cómodas tomando decisiones independientes. En algunos entornos rurales, donde los valores comunitarios y la conformidad a las tradiciones pueden ser altamente valorados, puede ser más difícil para las personas desarrollar una fuerte identidad individual y confiar en sus propias elecciones. Las tradiciones, autoritarismo de los padres, estereotipos sociales, etc., puede limitar el desarrollo de la autonomía en estas personas. Si las opciones y las expectativas de vida son limitadas en el entorno rural, puede ser más difícil para las personas desarrollar un sentido claro de sus propias metas y valores, lo que a su vez afecta su capacidad para tomar decisiones autónomas. La falta de autonomía puede afectar negativamente el sentido de identidad y las relaciones interpersonales con los demás comunarios, pero especialmente con la gente que viene de fuera., ya que las personas pueden depender en exceso de los demás y tener dificultades para establecer límites y expresar sus necesidades y deseos (Ryff , 2004; Véliz y Apodaca, 2012).

En cuanto a la dimensión dominio del entorno los datos recogidos indican que el 38.5% de los hijos e hijas tienen un bienestar psicológico a nivel medio; después aparece el nivel bajo con el 38.5% y finalmente, el nivel alto con el 23.1%. En primer lugar, hay que tomar en cuenta que el dominio del entorno se refiere a la capacidad de manejar los desafíos y demandas de la vida cotidiana, así como de aprovechar las oportunidades para el crecimiento personal y el logro de metas. Las personas con un nivel medio en bienestar psicológico y una tendencia hacia lo bajo en esta dimensión se caracterizan por sentirse abrumadas por las demandas y desafíos de su vida diaria. Pueden tener dificultades para establecer metas claras y desarrollar estrategias efectivas para enfrentar los obstáculos que se les presentan. Esto puede llevar a sentimientos de frustración, impotencia y falta de control sobre su propia vida. Según la psicología social, esto puede interpretarse como una interacción entre factores individuales y contextuales. A nivel individual, la falta de habilidades de afrontamiento, la baja autoeficacia y la falta de confianza en las propias habilidades pueden contribuir a la dificultad para enfrentar y controlar el entorno. A nivel contextual, el entorno rural puede presentar desafíos particulares, como recursos limitados, acceso limitado a servicios y oportunidades, y una menor diversidad de experiencias. Estos factores pueden dificultar el desarrollo de las habilidades necesarias para el dominio del entorno. Además, la falta de apoyo social y recursos comunitarios en el entorno rural puede limitar aún más la capacidad de estas personas para enfrentarse eficazmente a su entorno. La ausencia de redes de apoyo sólido y la falta de acceso a servicios y oportunidades pueden generar un sentimiento de desventaja y dificultar la capacidad de superar los desafíos cotidianos (Ryff , 2004; Véliz y Apodaca, 2012).

En lo relativo a la dimensión propósito en la vida, se puede ver en el cuadro 13 que el valor más alto de la muestra es de 55.8% en la categoría de nivel medio; le sigue en segundo lugar la categoría de nivel bajo con el 26.9% y más abajo está la categoría de nivel alto con el 17.3%. La dimensión de propósito en la vida se refiere a tener metas claras y significativas, así como una sensación de dirección y significado en las acciones y experiencias diarias. El hecho que los valores más altos estén en la categoría media, con tendencia al polo bajo, significa que las personas evaluadas tienen dificultades al momento de definir sus metas y encontrarle sentido a la vida. Estas personas declaran sentirse perdidos o sin rumbo, sin tener una dirección clara hacia la cual trabajar. Esto puede llevar a sentimientos de vacío, desorientación y falta de motivación en la vida. Al igual que en las anteriores dimensiones, esto se debe a una interacción

entre factores individuales y contextuales. A nivel individual, la falta de autoconocimiento, la falta de exploración personal y la falta de conexión con los valores y pasiones personales pueden contribuir a la dificultad para encontrar un propósito en la vida. A nivel contextual, el entorno rural puede resultar a veces deprimente debido a las limitaciones propias del campo, como poca producción, falta de servicios básicos, manejo escaso de recursos económicos, pocas oportunidades laborales, educación pobre, escasa esperanzas profesionales y laborales, etc. La falta de tutores y personas que orienten adecuadamente a las nuevas generaciones crea esta sensación de vacío y desorientación propia de las nuevas generaciones. A esto hay que sumarle el estancamiento y resistencia que crean las costumbres y normas sociales propias del entorno rural, así como las expectativas culturales. En algunas comunidades rurales, las expectativas pueden estar más enfocadas en la estabilidad y la conformidad a roles y tradiciones establecidas (como ser agricultor, madre, dependiente laboral, etc.) lo que puede limitar la exploración y la búsqueda de un propósito individual y personalizado. Es decir, el ambiente propio del campo le atribuye un rol y le pone unos límites a las personas, las cuales son difíciles de sobrepasar, creando esta sensación de fracaso y mediocridad. Las presiones sociales y las expectativas externas pueden dificultar que las personas se conecten con sus propias pasiones y metas intrínsecas (Ryff , 2004; Véliz y Apodaca, 2012).

Finalmente, en la última dimensión, referida al crecimiento personal, se puede observar en el cuadro 13 que el puntaje más alto está en la categoría de nivel medio (48.1%), seguido en segundo lugar por el puntaje bajo (26.9%) y el puntaje alto en tercer lugar (25%). Tomando en cuenta que la dimensión de crecimiento personal se refiere al deseo de seguir aprendiendo, mejorar habilidades y ampliar conocimientos, así como al reconocimiento de que el desarrollo personal es un proceso continuo, estos puntajes significan que estas personas tienen dificultades en su capacidad para buscar y aprovechar oportunidades de desarrollo personal, así como en su disposición para aprender y crecer a lo largo de la vida, esto se debe a la resistencia o falta de interés en buscar nuevas experiencias, aprender cosas nuevas o desarrollar nuevas habilidades. Estas personas prefieren quedar estancadas o cómodas en su zona de confort, impidiendo el desafío y la exploración. En consecuencia, esto limita su capacidad de crecimiento y desarrollo personal, es decir de buscar un cambio sustancial en sus condiciones de vida y metas futuras. Los individuos con estas características se caracterizan por una falta de motivación intrínseca, falta de curiosidad y la aversión al riesgo pueden contribuir a la dificultad para buscar y

aprovechar oportunidades de crecimiento personal. Asimismo, las características limitadas de la zona rural es un factor importante para interpretar esta dimensión. El propio ambiente y las personas desalientan al crecimiento, pues hay costumbres y creencias tan arraigadas (el consumo de bebidas alcohólicas, despilfarro de dinero en las fiestas tradicionales, la corrupción política, etc.) que limitan las oportunidades de crecimiento personal y la exposición a nuevas ideas y perspectivas. Los individuos llegan a cierta edad y parecería que las únicas opciones que tienen es la maternidad y cultivar una parcela en el grado suficiente como para sobrevivir. En algunos entornos rurales, donde se tienen ciertas representaciones sociales de lo que pueden y no pueden ser sus habitantes, existe una menor presión social para buscar nuevas experiencias y desarrollar nuevas habilidades. Esto puede llevar a una mentalidad más estática y menos orientada al crecimiento (Ryff , 2004; Véliz y Apodaca, 2012).

**Cuadro 11. Bienestar psicológico de los hijos/as según el sexo**

	Sexo de los hijos				Total	
	Hombre		Mujer			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nivel bajo	6	26,1%	10	34,5%	16	30,8%
Nivel medio	9	39,1%	15	51,7%	24	46,2%
Nivel alto	8	34,8%	4	13,8%	12	23,1%
<b>Total</b>	<b>23</b>	<b>100,0%</b>	<b>29</b>	<b>100,0%</b>	<b>52</b>	<b>100,0%</b>

En base a la información proporcionada por el cuadro 14, se puede indicar que los hombres tienen un nivel más alto de bienestar psicológico (34.8%) que las mujeres (13.8%). Asimismo, en la categoría de bienestar psicológico bajo, predominan las mujeres con el 34.5%, en relación a los hombres (26.1%). Esto significa que los hijos (varones) de las familias del área rural (provincia O'Connor) tienen un estado mental y emocional más favorable que el de las mujeres, al realizar un balance de su vida, de los logros conseguidos hasta ese momento y de la forma de adaptarse al contexto individual, familiar y social.

Existen diferentes investigaciones que han abordado el tema del bienestar psicológico según el sexo de la persona. A continuación, se hace un resumen de los principales resultados encontrados luego de la revisión bibliográfica.

En un estudio llevado a cabo en Colombia sobre la satisfacción subjetiva de los individuos, se indica que el hecho que los hombres, en promedio tengan un mayor bienestar psicológico en

comparación a las mujeres, puede deberse a los roles tradicionales de género. En algunas culturas latinas, particularmente en el área rural, todavía persisten roles de género tradicionales que pueden otorgar a los hombres una mayor sensación de estatus y poder. Estos roles pueden brindarles una mayor sensación de cumplimiento y satisfacción personal, lo que podría contribuir a su bienestar psicológico. Esos prejuicios derivados de los roles de género, en la práctica se traducen otorgando a los hombres un mayor acceso a oportunidades educativas, laborales y sociales en comparación con las mujeres. Esto podría proporcionarles un sentido de logro y desarrollo personal, lo cual influiría positivamente en su bienestar psicológico.

Los hombres en áreas rurales a menudo tienen mayor vida social, como ser participación en grupos comunitarios, clubes deportivos o actividades recreativas predominantemente masculinas. Estos contactos pueden brindarles un sentido de pertenencia, camaradería y apoyo emocional, lo cual es beneficioso para su bienestar psicológico. A su vez, en algunas comunidades rurales, existen ciertas expectativas sociales que promueven el bienestar y la satisfacción en los hombres. Estas expectativas pueden estar relacionadas con el papel del proveedor, la fortaleza física o la independencia, lo que podría influir en su autoconcepto y, por ende, en su bienestar psicológico. El niño desde que nace escucha decir a los demás que debe ser fuerte, debe proteger a la familia, mantener a los hijos y a la esposa, dándole un rol protagónico.

Por otra parte, las mujeres en áreas rurales a menudo enfrentan desigualdades de género arraigadas, incluyendo barreras en el acceso a la educación, el empleo y la participación en la toma de decisiones. Estas desigualdades pueden generar estrés, limitar su desarrollo personal y afectar negativamente su bienestar psicológico. Las mujeres en entornos rurales a menudo enfrentan múltiples roles y responsabilidades, incluyendo el cuidado del hogar, la crianza de los hijos y la agricultura. Esta sobrecarga de trabajo puede generar estrés, agotamiento y una falta de tiempo y energía para atender su propio bienestar psicológico. A esto hay que agregarle que las mujeres en áreas rurales suelen experimentar un mayor aislamiento social debido a la falta de oportunidades de interacción social, pues no es bien visto que salgan solas y que participen en cierto tipo de diversiones, pues afectaría su reputación y puede menoscabar la reputación de la familia y el esposo. El aislamiento social puede contribuir a la sensación de soledad y afectar negativamente el bienestar psicológico. Por otra parte, se pueden identificar tradiciones, normas culturales y expectativas de género que limitan el desarrollo y la autonomía de las mujeres. Estas

normas pueden afectar su autoestima, satisfacción personal y bienestar psicológico (Cruz y Torres, 2006).

Por otra parte, en una investigación antropológica realizada en Chile, sobre la identidad de los habitantes del área rural, se indica que es posible encontrar creencias y actitudes arraigadas que favorecen el bienestar psicológico de los hombres y perjudican el de las mujeres. Por ejemplo, existe la creencia arraigada que es deseable que el primogénito debe ser varón, pues será el futuro protector de la familia y perpetuará el apellido; esta discriminación ancestral que recibe la mujer, puede generar una presión adicional sobre ella si es que la que nace en primer lugar es una mujer. Esta expectativa puede llevar a que las mujeres sientan una mayor carga y responsabilidad para cumplir con estas expectativas familiares y sociales, lo cual puede afectar negativamente en su bienestar psicológico.

Por otra parte, existe la creencia de que los hombres son los jefes de familia natos. Esto les otorga a ellos una sensación de poder y control contribuyendo de manera directa a su bienestar psicológico. Esta creencia limita la autonomía y el acceso al poder de las mujeres, lo cual puede tener un impacto negativo en su bienestar psicológico al percibirse como subordinadas y sin voz en la toma de decisiones familiares. Asimismo, en ciertos sectores rurales, se tiene bien arraigada la idea que los hombres tienen mayor capacidad y astucia para participar en política y ser autoridades. De por sí esta idea genera una sensación de estatus y reconocimiento social en los hombres, aumentando su autoestima y bienestar psicológico. En algunas épocas esta creencia ha limitado el acceso de las mujeres a roles de liderazgo y poder, generando frustración y limitaciones a su bienestar psicológico al sentirse excluidas o subvaloradas.

Al interior de la familia, existe la creencia de que los hombres deben administrar el patrimonio familiar y tomar decisiones económicas importantes, mientras que las mujeres se encargan de las decisiones domésticas. Esta distribución desigual de roles ha limitado la capacidad de las mujeres para tomar decisiones importantes y tener control sobre su propia vida, lo cual puede tener un impacto negativo en su bienestar psicológico. Aún pervive la creencia de que la moral debe ser más estricta con las mujeres y más flexible con los hombres; esta desigualdad suele generar un ambiente de control y vigilancia sobre las acciones y comportamientos de las mujeres en el área rural, porque ellas pueden deshonrar el apellido y prestigio familiar, mientras que ciertos errores en los hombres pasan desapercibidos. Esta doble moral ha generado sentimientos de culpabilidad y vergüenza en las mujeres, afectando su bienestar psicológico y ocasionando

una sensación de desigualdad y discriminación. En la práctica, a los hombres no sólo se les perdona los deslices sexuales, sino que incluso son motivo de envejecimiento. La creencia de que se perdona a los hombres ciertos deslices sexuales en el matrimonio, pero no a las mujeres puede generar una carga emocional adicional en las mujeres, así como sentimientos de injusticia y falta de equidad. Esta creencia puede afectar negativamente el bienestar psicológico de las mujeres generando estrés, baja autoestima y conflictos internos (Olivares, 2005).

**Cuadro 12. Bienestar psicológico de los hijos/as según la edad**

	Edad de los hijos						Total	
	20-26 años		27-32 años		33 y más años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nivel bajo	9	34,6%	5	29,4%	2	22,2%	16	30,8%
Nivel medio	13	50,0%	8	47,1%	3	33,3%	24	46,2%
Nivel alto	4	15,4%	4	23,5%	4	44,4%	12	23,1%
Total	26	100,0%	17	100,0%	9	100,0%	52	100,0%

Según los datos del cuadro 15, el bienestar psicológico de los hijos va aumentando a medida que aumenta la edad. En el nivel alto de bienestar psicológico, el puntaje más elevado lo dieron los hijos de 33 y más años (44.4%); en segundo lugar, está el grupo de 27-32 años (23.5%) y en tercer lugar, con un puntaje mucho más bajo, aparece el grupo de hijos de 20-26 años (15.4%). De manera opuesta, en el nivel bajo de bienestar psicológico, predominan los hijos de menor edad, es decir de 20 a 26 años, con el 34.6%. El grupo con el menor porcentaje en el nivel bajo de bienestar psicológico es el de mayor edad, es decir de 33 y más años (22.2%). Toda esta información sugiere que a medida que aumentan los años, por diferentes factores, aumenta también el nivel de bienestar psicológico.

Diferentes estudios confirman la relación sugerida por los datos del cuadro 15. El principal argumento que esgrimen los investigadores del tema es la experiencia y la madurez psicológica que se adquieren a lo largo de la vida. A medida que las personas envejecen, acumulan experiencias, enfrentan desafíos y aprenden a lidiar con ellos de manera más efectiva. Esta acumulación de experiencias y aprendizajes les proporciona herramientas y recursos emocionales para hacer frente a los problemas y situaciones difíciles, lo cual impacta

positivamente en su bienestar psicológico. La experiencia y la madurez psicológica permiten a las personas desarrollar una mayor resiliencia emocional. A medida que enfrentan y superan desafíos a lo largo de los años, aprenden a manejar mejor el estrés, la adversidad y las situaciones difíciles. Por ejemplo, los hijos que han crecido y ya son padres o madres, que han pasado por diversas etapas del ciclo de vida familiar, como la crianza de los hijos, enfrentado crisis económicas o han superado pérdidas personales, han desarrollado una mayor capacidad para adaptarse a los cambios y manejar los altibajos emocionales. La madurez psicológica también implica una mayor comprensión de uno mismo y de los demás. Con el tiempo, las personas adquirieron una mayor conciencia de sus fortalezas, debilidades, valores y metas en la vida. Esto les permite tomar decisiones más coherentes con sus deseos y necesidades, y buscar actividades y relaciones que les brinden satisfacción y bienestar. Por ejemplo, un individuo de 35 años puede tener una mejor comprensión de sus pasiones y metas profesionales, lo que le permite tomar decisiones de carrera más alineadas con su propósito y encontrar mayor satisfacción en su trabajo. En relación a este argumento, Erik Erikson indica que a medida que las personas atraviesan diferentes etapas de la vida, se enfrentan a una crisis y desafíos que deben resolver para alcanzar una identidad y bienestar psicológico óptimos, van acumulando experiencias que les permiten alcanzar una mayor y mejor adaptación a la vida, lo cual influye en el grado de bienestar psicológico. En la etapa adulta temprana y media, la tarea principal es establecer una identidad consolidada y encontrar un sentido de generatividad, es decir, sentirse productivo y contribuir al bienestar de los demás. A medida que los individuos avanzan en estas etapas, se espera que adquieran una mayor sabiduría y madurez emocional, lo cual se refleja en un mayor bienestar psicológico (Ryff, 2004; Véliz y Apodaca, 2012).

Con el paso de los años, los individuos incrementan las habilidades de afrontamiento a los diferentes problemas y amenazas coyunturales. A medida que las personas atraviesan diversas situaciones y desafíos en la vida, tienen la oportunidad de aprender estrategias y habilidades efectivas para hacer frente a las dificultades emocionales y situacionales, se van fortaleciendo y son más capaces de sobrellevar las dificultades y experimentar mayores niveles de bienestar y felicidad. Con el paso de los años, las personas adquieren un repertorio más amplio de estrategias de afrontamiento que les permiten enfrentar de manera más efectiva el estrés, la ansiedad y los problemas cotidianos. Estas habilidades pueden incluir adquisición de nuevos valores, estrategias de resolución de problemas, reevaluación cognitiva, búsqueda de apoyo social, entre otras. Por ejemplo, un padre o madre que ha enfrentado desafíos en la crianza de

sus hijos, como conflictos familiares o dificultades educativas, ha tenido la oportunidad de desarrollar y perfeccionar estrategias de afrontamiento que le ayudarán a lidiar con estas situaciones. El desarrollo de habilidades de afrontamiento está estrechamente relacionado con la resiliencia emocional. A medida que las personas aprenden a manejar de manera efectiva los desafíos y adversidades, se vuelven más capaces de adaptarse y recuperarse de las situaciones difíciles. Esto les brinda un mayor sentido de control y confianza en su capacidad para hacer frente a los desafíos futuros, lo cual contribuye positivamente a su bienestar psicológico (Bronzi y Foglia, 2011).

El paso de los años favorece la consolidación de la identidad y el autoconcepto. A medida que las personas transitan por diferentes etapas de la vida, tienen la oportunidad de explorar y definir quiénes son, qué valores y metas los guían, y qué roles desempeñan en la sociedad y en sus relaciones. En la edad de la juventud y adultez temprana y media (en la que se encuentran los hijos de la muestra estudiada), se producen cambios significativos en la identidad y el autoconcepto a medida que los individuos fortalecen su lugar en el mundo. Durante este proceso, se exploran diversas opciones y se toman decisiones importantes en áreas como la educación, la carrera, las relaciones interpersonales y el establecimiento de una familia. A medida que se adquiere mayor claridad y confianza en la identidad personal, el autoconcepto se consolida y se vuelve más estable. Esta consolidación de la identidad y el autoconcepto contribuyen al bienestar psicológico al proporcionar una mayor sensación de coherencia y dirección en la vida. Las personas que tienen una imagen clara de quiénes son y qué desean en la vida experimentan un mayor sentido de propósito y satisfacción personal. Por ejemplo, un individuo de 30 años que ha logrado obtener un oficio o trabajo rentable y establecer relaciones significativas puede experimentar un mayor bienestar psicológico al sentirse en armonía con su identidad y vivir de acuerdo con sus valores y metas. Al respecto, Erik Erikson indica que la consolidación de la identidad es un proceso que implica la integración de las experiencias y la exploración de múltiples roles y posibilidades. A medida que las personas avanzan en la edad adulta temprana y media, se espera que resuelvan la crisis de la identidad versus confusión de roles, desarrollando una identidad sólida y una mayor autoconciencia. Esta consolidación de la identidad está asociada con un mayor bienestar psicológico al proporcionar una base sólida para la autorrealización y el logro de metas personales (Véliz y Apodaca, 2012; Bronzi y Foglia, 2011).

La adquisición de recursos psicológicos y sociales a lo largo del tiempo es otro argumento que explica el por qué el paso del tiempo favorece el bienestar psicológico. A medida que las personas envejecen, tienen la oportunidad de acumular una serie de recursos que contribuyen a su bienestar psicológico, tales como los niveles de autoeficacia. La autoeficacia se refiere a la creencia en la propia capacidad para enfrentar y superar los desafíos. A medida que las personas tienen éxito en diferentes áreas de su vida y superan obstáculos, adquieren una mayor confianza en su capacidad para hacer frente a situaciones similares en el futuro. Por ejemplo, un individuo de 40 años que ha superado desafíos profesionales y personales a lo largo de su vida tendrá una mayor autoeficacia en comparación con una persona más joven. Esta mayor autoeficacia se asocia con un mayor bienestar psicológico, ya que las personas confían en su capacidad para enfrentar y superar los desafíos que se les presentan.

A esto hay que agregarle que a medida que las personas envejecen, también acumulan una serie de contactos (amigos, pertenencia a instituciones, etc.) que les sirven de apoyo en situaciones de crisis. Tener relaciones significativas y de apoyo se ha relacionado de manera consistente con un mayor bienestar psicológico. A medida que las personas envejecen, fortalecen conexiones más sólidas con amigos, familiares y miembros de la comunidad, lo que les brinda un mayor sentido de pertenencia, compañía y apoyo emocional. Por ejemplo, un individuo de 30 años puede tener un grupo sólido de amigos y una red familiar cercana que brinden apoyo y compañía en momentos de necesidad. Esta red de apoyo social contribuye positivamente al bienestar psicológico al proporcionar recursos emocionales y sociales para hacer frente a los desafíos y promover el sentido de conexión y satisfacción interpersonal. Por otra parte, también pueden adquirir una mayor estabilidad económica y seguridad financiera, que les brinda una sensación de seguridad y tranquilidad, reduce el estrés y la preocupación relacionada con las necesidades básicas y la supervivencia. Por ejemplo, un individuo de 35 años que ha alcanzado un nivel de estabilidad económica y tiene suficientes recursos para cubrir sus necesidades básicas y aspiraciones puede experimentar un mayor bienestar psicológico en comparación con alguien de 20 años, que enfrenta dificultades económicas constantes. La seguridad financiera brinda una mayor sensación de control sobre la vida y la capacidad de disfrutar de experiencias placenteras y satisfactorias. Según la teoría de los recursos psicosociales a medida que un individuo madura, adquiere una serie de recursos psicológicos y sociales, como la autoeficacia, el apoyo social y la estabilidad económica, experimentan un mayor bienestar emocional y psicológico, es decir está en posesión de mayores herramientas para enfrentar con éxito la vida.

Desde siempre se ha indicado que con la edad se incrementa el desarrollo de la sabiduría y la perspectiva de vida. A medida que las personas envejecen, tienen la oportunidad de acumular experiencias de vida significativas y reflexionar sobre ellas, lo que les permite desarrollar una mayor sabiduría y una visión más amplia de la vida. El joven es ingenuo e impulsivo, el viejo es sabio y prudente; esta diferencia cualitativa pesa al momento de hacer un balance de la vida y experimentar mayor o menor grado de satisfacción psicológica. La sabiduría se refiere a la capacidad de comprender y aplicar conocimientos y experiencias de manera efectiva para enfrentar los desafíos de la vida y encontrar un sentido más profundo de significado y propósito. A medida que las personas envejecen, acumulan un conjunto de experiencias diversas, tanto positivas como negativas, que les brindarán una perspectiva única sobre la vida. Estas experiencias les permiten desarrollar una mayor claridad y sabiduría en cuanto a lo que realmente importa en la vida, cómo enfrentar los desafíos y cómo cultivar relaciones significativas.

Además de la sabiduría, el envejecimiento también está asociado con una mayor capacidad para adoptar una perspectiva de vida más amplia. A medida que las personas ganan experiencia y conocimiento, son capaces de ver las situaciones desde diferentes puntos de vista y considerar múltiples perspectivas. Esta capacidad para adoptar una visión más amplia de la vida promueve la empatía, la comprensión y la tolerancia hacia los demás. Por ejemplo, un individuo de 50 años que ha atravesado diversas experiencias de vida puede tener una visión más compasiva y comprensiva de las dificultades y luchas que enfrentan los demás. La sabiduría y la perspectiva de vida tienen un impacto significativo en el bienestar psicológico. Las personas que han desarrollado sabiduría y una perspectiva de vida más amplia tienden a experimentar una mayor satisfacción y sentido de significado en sus vidas. Estas características les permiten enfrentar los desafíos con mayor resiliencia, mantener relaciones interpersonales más saludables y encontrar un mayor sentido de propósito y trascendencia en sus acciones y decisiones.

Según la teoría del desarrollo humano y la psicología positiva, el desarrollo de la sabiduría y la perspectiva de vida es un aspecto importante del crecimiento y el bienestar psicológico a lo largo de la vida. A medida que las personas acumulan experiencias y reflexionan sobre ellas, tienen la capacidad de aprender, crecer y desarrollar una perspectiva más amplia y sensata que les ayudará a enfrentar los desafíos y encontrar un mayor sentido de plenitud y satisfacción en la vida (Cuadra y Florenzano, 2003).

**Cuadro 13. Bienestar psicológico de los hijos/as según el estado civil**

	Estado civil de los hijos				Total	
	Casados / Concubinos		Solteros (con pareja)			
Nivel bajo	12	35,3%	4	22,2%	16	30,8%
Nivel medio	17	50,0%	7	38,9%	24	46,2%
Nivel alto	5	14,7%	7	38,9%	12	23,1%
Total	34	100,0%	18	100,0%	52	100,0%

En base a la información proporcionada por el cuadro 16 se puede indicar que los hijos solteros (con pareja) tienen un nivel más alto de bienestar psicológico (38.9%), comparados con los hijos casados o concubinos (14.7%). Los hijos casados / concubinos con un nivel de bienestar psicológico bajo son mucho más (35.3%) que los hijos que aún permanecen solteros (22.2%). Estos datos sugieren que el estado civil de los individuos afecta el bienestar psicológico.

Por lo general, los solteros, que solo mantienen una relación de noviazgo, al compararse con los casados, esgrimen en primer lugar el argumento de la libertad y autonomía personal. Es un hecho irrefutable que la soltería brinda a los individuos la oportunidad de tener un mayor control sobre su tiempo, decisiones y actividades de todo tipo. Cuando una persona es soltera, tiene la libertad de tomar decisiones sin tener que considerar una pareja o a las demandas y compromisos que surgen en una relación de pareja. Pueden decidir cómo y con quién pasar su tiempo, qué actividades y pasatiempos disfrutar, y cuáles son sus metas y aspiraciones personales sin tener que negociar o contribuirse con otra persona. Esto les brinda una mayor sensación de autonomía y control sobre su propia vida. La autonomía personal es un aspecto fundamental del bienestar psicológico, ya que permite a las personas expresar su identidad, perseguir sus intereses y metas, y tomar decisiones alineadas con sus propias necesidades y valores. Por ejemplo, un hijo soltero de 30 años puede tener la libertad de dedicar tiempo y esfuerzo a su trabajo personal, adquirir nuevas aficiones o realizar viajes espontáneos sin tener que preocuparse por las responsabilidades y compromisos de una relación de pareja. La psicología indica que el desarrollo de la identidad y la autonomía personal son aspectos esenciales para el bienestar psicológico. Las personas que tienen la libertad de tomar decisiones y actuar de acuerdo con sus propias necesidades y deseos tienden a experimentar un mayor sentido de control, autoestima y satisfacción en la vida.

Al anterior argumento hay que sumarle que los solteros están menos sometidos al estrés y las responsabilidades asociadas con la vida en pareja y la crianza de hijos. Al no tener compromisos matrimoniales o responsabilidades parentales, los individuos solteros pueden experimentar una menor carga emocional y una mayor sensación de tranquilidad en comparación con aquellos que están casados o tienen hijos. El matrimonio y la crianza de hijos conllevan una serie de responsabilidades y demandas emocionales. Las parejas casadas deben enfrentar desafíos como la resolución de conflictos, la gestión de las finanzas del hogar, la división equitativa de las tareas domésticas y la crianza de los hijos. Estas responsabilidades pueden generar estrés, tensiones y conflictos que impactan en el bienestar psicológico de los individuos involucrados. Por otro lado, los individuos solteros pueden disfrutar de una mayor libertad para enfocarse en su propio crecimiento personal, metas y proyectos individuales sin tener que preocuparse constantemente por las necesidades y demandas de una pareja o de hijos. Pueden tomar decisiones que sean más acordes con sus propios intereses y preferencias sin tener que negociar o comprometerse con otra persona, lo cual, desde cierto punto de vista, les propicia una vida más relajada y más placentera. La evidencia clínica indica que el exceso de responsabilidades y el estrés crónico pueden tener un impacto negativo en la salud mental y emocional de las personas. Al tener menos responsabilidades y una menor carga de estrés, los sujetos solteros pueden experimentar una mayor sensación de bienestar y tener más recursos disponibles para atender sus propias necesidades y cuidar de su salud mental (Arellano Martorellet, 2011).

Otros estudios respaldan el hecho que las personas solteras tienen mayor bienestar psicológico haciendo referencia a la mayor flexibilidad y adaptabilidad que pueden experimentar en comparación con aquellos que están en una relación de pareja. La soltería proporciona a los individuos la capacidad de tomar decisiones de manera más independiente y se adapta más fácilmente a los cambios en su entorno y circunstancias. Cuando una persona es soltera, tiene la libertad de tomar decisiones importantes sin tener que considerar las necesidades y preferencias de una pareja. Pueden elegir dónde vivir, qué trabajo tomar, qué actividades realizar y cómo distribuir su tiempo y recursos de acuerdo con sus propias metas y prioridades. Esta flexibilidad les permite adaptarse más fácilmente a las nuevas oportunidades y desafíos que pueden surgir en sus vidas. Además, los solteros pueden enfrentar menos presiones externas para cumplir con los roles y expectativas tradicionales asociados con el matrimonio y la vida en pareja. Pueden explorar diferentes formas de relacionarse y establecer vínculos sin sentirse limitados por las

normas sociales o las expectativas de su entorno. Esta libertad les brinda la oportunidad de construir relaciones más auténticas y satisfactorias basadas en la elección personal y la afinidad mutua. Las variables subyacentes a este hecho son la capacidad de adaptación y la resiliencia. Las personas que son capaces de adaptarse de manera efectiva a los cambios y desafíos de la vida tienden a experimentar un mayor bienestar psicológico. Al tener mayor flexibilidad y autonomía en la toma de decisiones y la forma de relacionarse, los solteros pueden desarrollar habilidades de adaptación y encontrar un mayor equilibrio entre sus necesidades individuales y las demandas del entorno.

De manera complementaria hay que hacer referencia a la mayor autonomía emocional y la oportunidad de la autorrealización de manera individual con la que cuentan los individuos solteros. Al no estar comprometidos en una relación de pareja, los individuos solteros tienen la libertad de explorar y desarrollar su identidad emocional de manera más independiente, lo que puede contribuir a su bienestar psicológico. En una relación de pareja, es común que las emociones y el bienestar estén interconectados con los de la otra persona. Existen expectativas y responsabilidades emocionales compartidas que pueden afectar el equilibrio emocional de los individuos. Sin embargo, los solteros tienen una mayor capacidad de explorar y entender sus propias emociones de manera más autónoma, sin la influencia constante de una pareja. Esta autonomía emocional les permite tomar decisiones basadas en sus propias necesidades y deseos, y buscar la autorrealización en aspectos emocionales de su vida. Pueden explorar sus propias metas, pasiones y valores sin tener que adaptarse a las expectativas y necesidades emocionales de otra persona. Esto puede conducir a un mayor sentido de autenticidad y satisfacción en la vida, lo que se traduce en un mayor bienestar psicológico.

Además, los individuos solteros tienen la oportunidad de dedicar tiempo y energía a su propio crecimiento personal y desarrollo emocional. Pueden invertir en su bienestar emocional a través de actividades como el trabajo placentero, el autocuidado del cuerpo, la exploración personal (autoconcepto) y el desarrollo de habilidades emocionales que le permiten enfrentar de manera más eficaz los problemas. Al priorizar su propio crecimiento y autorrealización, los individuos solteros pueden fortalecer su bienestar psicológico y tener una mayor capacidad para enfrentar los desafíos emocionales que pueden surgir en sus vidas. La autonomía emocional y la búsqueda de la autorrealización son aspectos esenciales para el bienestar psicológico y la satisfacción en la vida. Los individuos que pueden desarrollar y expresar su identidad emocional de manera

autónoma tienden a experimentar una mayor coherencia, autenticidad y sentido de propósito, lo que contribuye a su bienestar general (Vera, Laborín, Córdova y Parra, 2005).

#### **5.4. OBJETIVO 3. ANALIZAR EL AJUSTE DIÁDICO DE LOS HIJOS**

En este objetivo se ha empleado la Escala de Ajuste Diádico (DAS) de Graham B. Spanier (1999). Dicha escala mide el grado de armonía o ajuste global entre los miembros de una pareja, ya sea de esposos, concubinos o novios.

**Cuadro 14. Ajuste diádico de los hijos/as. Cuadro general**

NIVELES	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	1	1,9
Bajo	9	17,3
Medio	29	55,8
Alto	10	19,2
Muy alto	3	5,8
Total	52	100,0

En el cuadro 17 se puede apreciar que los hijos/as de los padres de la provincia O'Connor, de la muestra estudiada, presentan como valor más alto el que corresponde a la categoría medio (55.8%); le sigue en segundo lugar la categoría alto (19.2%); en tercer lugar, la categoría bajo (17.3%); en cuarto lugar, la categoría muy alto (5.8%) y en último lugar la categoría muy bajo (1.9%). Estos datos sugieren que el ajuste diádico de los hijos de las familias estudiadas, tienen en promedio un nivel normal, esperable según los baremos de Spanier (1999), pero con una tendencia hacia los niveles altos, pues si se comparan los valores que están por encima del término medio (alto y muy alto), superan a los valores que están por debajo del término medio (bajo y muy bajo). En base a esta información se puede indicar que el ajuste diádico de las personas estudiadas es el adecuado, pues predominan los valores centrales, pero con tendencia al lado positivo.

Se han realizado diversas investigaciones en distintos países aplicando la Escala de Ajuste Diádico (DAS) de Graham B. Spanier (1999), en contextos urbanos como rurales. Estas referencias bibliográficas nos ayudan a interpretar la información obtenida. A continuación, hacemos una referencia a estos estudios.

En Chile, Tapia & Poulsen (2009), encontraron resultados muy parecidos, pues en una muestra de personas adultas encontraron el predominio de los valores centrales según la escala de

Spanier. Las personas en las cuales predomina esta categoría (con tendencia a los valores altos) se caracterizan por una comunicación efectiva y empática en un grado aceptable. Estas personas son capaces de expresar sus pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara y respetuosa la mayor parte del tiempo, lo que facilita la comprensión mutua y el establecimiento de vínculos emocionales sólidos. La comunicación efectiva puede manifestarse de diversas maneras. Por ejemplo, durante las conversaciones cotidianas, estas personas pueden mostrar una escucha activa y genuina, prestando atención a lo que su pareja está diciendo y mostrando interés por sus perspectivas y sospechas. Además, utilizan un lenguaje claro y directo para expresar sus propias ideas y sentimientos, evitando la mayor parte de las veces malentendidos y confusiones. Esto no significa que la pareja no tiene discusiones o desacuerdos, sino que sabe abordarlos de manera constructiva y respetuosa. Las personas con un ajuste diádico término medio con tendencia a lo alto comprenden la importancia de expresar sus emociones y opiniones de manera adecuada, promoviendo así un clima de confianza y apoyo en su relación.

A su vez, un ajuste diádico término medio, con tendencia a los valores altos, suelen brindar un sólido apoyo emocional y afectivo a sus parejas. Este tipo de apoyo se basa en la empatía, la comprensión y el cuidado mutuo, fortaleciendo la conexión emocional y promoviendo el bienestar psicológico de ambos miembros de la pareja. Estas personas están presentes y disponibles para escuchar y consolar a su pareja en momentos de estrés, preocupación o tristeza. Pueden brindar palabras de aliento y afecto, demostrando su apoyo incondicional y su disposición para ayudar en momentos difíciles. Un ejemplo concreto en el área rural podría ser una pareja que enfrenta desafíos económicos en su granja debido a una mala temporada de cultivos. En lugar de culparse o enfrentar la situación de manera individual, ambos miembros de la pareja se apoyan emocionalmente, ofreciéndose consuelo, aliento y motivación. Comparten las responsabilidades y buscan soluciones juntos, lo que fortalece su vínculo y su capacidad para hacer frente a las adversidades. Es importante mencionar que el apoyo emocional no se limita únicamente a situaciones adversas. Las personas con un ajuste diádico término medio demuestran apoyo emocional en situaciones cotidianas, celebrando los logros y alegrías de su pareja, aunque sean en cosas simples.

Por otro lado, las personas con un ajuste diádico término medio suelen mostrar respeto por la pareja y un grado de admiración aceptable, es decir la mayor parte de las veces, aunque en ciertas situaciones pueden discutir y decirse cosas desagradables; pero en conjunto predominan

los buenos momentos. El respeto se manifiesta a través del reconocimiento de la autonomía, las opiniones y las decisiones del otro, mientras que la admiración implica valorar y apreciar las cualidades, logros y esfuerzos de la pareja. Por ejemplo, estas personas valoran las contribuciones y habilidades únicas que cada uno aporta a la relación y a las responsabilidades del hogar o trabajo en el entorno familiar o laboral. Reconocen y apoyan las metas individuales y mutuas, alentándose constantemente para alcanzarlas. Aunque no tengan los mismos intereses, hay un clima de respeto y apoyo al cónyuge. Un ejemplo concreto en el área rural podría ser una pareja en la que uno de los miembros tiene una pasión por la jardinería y el otro por la carpintería. Aunque estas actividades sean diferentes, ambos miembros de la pareja se respetan y admiran las habilidades del otro. Reconocen el talento y el esfuerzo de la pareja, fomentando así un ambiente de valoración y respeto en su relación (Spanier, 1999; Tapia & Poulsen, 2009). En otro estudio realizado en la Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México, se destaca que las personas con un ajuste diádico término medio se caracterizan por la empatía, apoyo mutuo y trabajo en equipo. Esto significa que predomina la comunicación fluida y respetuosa, la cual les permite expresar sus pensamientos, emociones y necesidades de manera clara, lo cual les permite comprender y responder adecuadamente a las palabras y gestos del otro. La comunicación empática se manifiesta en diversos escenarios. Por ejemplo, estas personas pueden sentarse a conversar sobre las metas, preocupaciones y planes futuros de manera abierta y sincera. Se escuchan las opiniones con atención y respeto, impidiendo interrupciones o críticas desmedidas. Además, muestra interés genuino en los sentimientos y experiencias del otro, brindando apoyo emocional cuando sea necesario.

Por otra parte, se destaca el apoyo mutuo y el trabajo en equipo para enfrentar los desafíos y lograr sus metas. Esta característica se basa en la idea de que la pareja es un equipo unido, donde cada miembro se encuentra dispuesto a respaldar y colaborar con el otro en todas las áreas de la vida. En el contexto rural, el apoyo mutuo y el trabajo en equipo pueden manifestarse en diversas situaciones cotidianas. Por ejemplo, cuando el esposo tiene que sembrar, la mujer le apoya con las semillas o la comida. Viceversa, cuando la mujer prepara una comida para toda la familia y tiene invitados, el varón ayuda con todo lo necesario para el fuego o la molienda de los granos. También pueden colaborar juntos en las tareas del campo, compartir responsabilidades en la crianza de los hijos o incluso buscar soluciones conjuntas para los desafíos financieros que puedan surgir. Otro ejemplo concreto es cuando una pareja que decide emprender un proyecto

de producción de alimentos orgánicos. Ambos miembros trabajan codo a codo en la planificación, siembra, cosecha y comercialización de los productos. Se apoyan en cada paso del proceso, se animan en los momentos difíciles y celebran los logros alcanzados. Esta forma de vincular de trabajar en equipo fortalece su sentido de pertenencia compartida (Spanier, 1999; Alemany 2015).

En otro estudio realizado en la Universidad Complutense de Madrid, tras la aplicación de la escala de Spanier (1999), destaca en los individuos con un nivel término medio de ajuste diádico, entre otros rasgos, el predominio del respeto a la pareja y familia. Este aspecto fundamental se basa en reconocer la importancia y las cualidades positivas del otro, así como en honrar y valorar su individualidad y contribuciones a la relación. Por ejemplo, estas personas muestran admiración y reconocimiento por las habilidades y fortalezas de su pareja. Pueden elogiar la dedicación y el esfuerzo que el otro pone en su trabajo, valorar su intuición en la toma de decisiones o reconocer sus logros personales. Asimismo, se respetarán los requisitos en cuanto a la toma de decisiones, permitiendo que cada uno tenga voz y voto en asuntos que surjan a ambos. Un ejemplo concreto en el área rural podría ser que la pareja se dedica a la crianza de animales. Ambos miembros reconocen y valoran el compromiso del otro en el cuidado de los animales, el conocimiento que han adquirido sobre su crianza y la dedicación que muestra en su trabajo diario. Se respetarán en cuanto a las decisiones sobre la alimentación, la atención veterinaria y el manejo de los animales, reconociendo las habilidades y la experiencia de cada uno en esta área. El respeto implica reconocer la dignidad y los derechos del otro, tratándolo con consideración y cortesía. La valoración mutua implica apreciar y celebrar las cualidades y contribuciones de cada miembro de la pareja, demostrar un ambiente de aceptación y admiración (Cuenca 2013).

**Cuadro 15. Ajuste diádico de los hijos/as. Por dimensiones**

NIVELES	Dimensiones del ajuste diádico							
	Consenso o acuerdo		Armonía o satisfacción		Satisfacción afectiva / sexual		Expresión de afecto	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Muy bajo	2	3,8	2	3,8	3	5,8	4	7,7
Bajo	11	21,2	10	19,2	10	19,2	10	19,2
Medio	24	46,2	23	44,2	25	48,1	23	44,2
Alto	12	23,1	11	21,2	12	23,1	15	28,8
Muy alto	3	5,8	6	11,5	2	3,8	0	0,0
Total	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0

En el cuadro 18 se puede observar que los hijos/as de las familias estudiadas en la provincia O'Connor dieron diferentes puntajes en las distintas dimensiones, pero en todas ellas predomina la categoría de nivel medio en el ajuste diádico, seguido por la categoría del nivel alto. A continuación, se describen cada una de las dimensiones.

En la primera dimensión, referida al consenso o acuerdo, el valor más alto es el de la categoría medio (46.2%); en segundo lugar, aparece el porcentaje de la categoría alto (23.1) y en tercer lugar está la categoría bajo (21.2%). Estas personas se caracterizan por tener una disposición abierta al diálogo y la negociación. Reconocen la importancia de escuchar y comprender los puntos de vista de su pareja, buscando llegar a acuerdos y soluciones que sean satisfactorias. Por ejemplo, en la toma de decisiones relacionadas con la crianza de los hijos, pueden discutir y encontrar un consenso sobre las normas y valores que desean transmitirles. Además, estas personas valoran la individualidad y la diversidad de opiniones dentro de la relación, reconocen que cada miembro de la pareja tiene sus propias perspectivas y preferencias, y respetan el derecho a tener opiniones diferentes. Por ejemplo, en la elección de actividades recreativas, pueden permitir que cada uno tenga espacio para participar en aquellas actividades que les resulten más placenteras, incluso si sus intereses son diferentes.

Asimismo, en caso de conflicto, buscan soluciones equitativas y justas para los problemas y desafíos que enfrentan en la relación. Evitan la imposición unilateral de decisiones y buscan alcanzar compromisos que beneficien a la pareja. Por ejemplo, en la distribución de las tareas

domésticas, pueden llegar a acuerdos sobre quién se encargará de cada tarea, considerando las capacidades y preferencias individuales. Además, muestran flexibilidad y adaptabilidad en su relación de pareja. Son capaces de ajustarse a los cambios y desafíos que surgen a lo largo del tiempo, impidiendo la rigidez en sus opiniones y actitudes. Por ejemplo, en situaciones donde las circunstancias económicas se vuelven difíciles, pueden buscar alternativas y definiciones en conjunto, explorando nuevas formas de manejar la situación. Todo esto les lleva a valorar la toma de decisiones compartidas en la relación. Por ejemplo, en la planificación de metas y proyectos a largo plazo, pueden discutir y decidir juntos las acciones a seguir, teniendo en cuenta las aspiraciones y deseos individuales (Spanier, 1999).

En relación a la segunda dimensión, la que hace referencia a la armonía y satisfacción, el valor más alto corresponde a la categoría medio (44.2%), seguido del valor alto (21.2%); en tercer lugar, aparece la categoría bajo (19.2%). Un valor medio con tendencia a lo alto en esta dimensión, caracteriza a las personas que buscan fortalecer los lazos emocionales, revelar un ambiente de apoyo, comprensión y cariño mutuo. Por ejemplo, pueden expresar gratitud y aprecio hacia su pareja por las pequeñas cosas, como una muestra de afecto o un gesto amable. Por otra parte, estas personas son hábiles en la gestión de conflictos dentro de la relación. Se caracterizan por emplear estrategias de resolución de problemas constructivos, evitando la confrontación destructiva o el distanciamiento emocional. Buscan abordar los desacuerdos y diferencias de manera respetuosa, buscando soluciones que satisfagan a ambos miembros de la pareja. Por ejemplo, pueden practicar la comunicación asertiva y el compromiso para resolver desacuerdos en lugar de caer en la confrontación constante. Asimismo, estas personas ponen un énfasis especial en el bienestar y la felicidad de su pareja. Reconocen creer que la satisfacción individual está intrínsecamente ligada a la satisfacción de la relación, por lo que trabajan activamente por un ambiente de armonía y satisfacción mutua. Por ejemplo, pueden buscar actividades y momentos de calidad juntos, donde se enfocan en disfrutar y nutrir su conexión emocional. Cuando las cosas salen bien, celebran los logros y éxitos tanto individuales como compartidos. Reconocen la importancia de apoyarse y compartir alegrías y triunfos en la relación. Por ejemplo, cuando uno de los miembros de la pareja alcanza una meta personal o laboral, el otro se muestra genuinamente feliz y lo celebra junto a él/ella, reforzando así la satisfacción mutua en la relación. Estas personas valoran y cultivan la intimidad emocional y física en su relación de pareja. Reconocen la importancia de mantener una conexión profunda y significativa, compartiendo momentos de complicidad y cercanía. Por ejemplo, pueden dedicar

tiempo para actividades que les permitan fortalecer su vínculo, como salir a caminar juntos, tener conversaciones íntimas o compartir momentos de ocio (Spanier, 1999).

La tercera dimensión hace referencia a la satisfacción afectiva/sexual. Al igual que en las anteriores dimensiones, aquí el valor más alto cae en la categoría medio (48.1%), seguido por el valor en la categoría alto (23.1%) y, en tercer lugar, aparece la categoría bajo (19.2%). Las personas con un nivel medio con tendencia a lo alto en la dimensión de satisfacción afectiva y sexual en el ajuste diádico, se caracterizan por tener una comunicación abierta y honesta acerca de sus necesidades emocionales y sexuales. Estas parejas se sienten cómodas hablando sobre sus deseos, fantasías y preocupaciones relacionadas con la intimidad. Por ejemplo, pueden expresar sus preferencias sexuales y discutir formas de satisfacer tales necesidades. Existe una conexión emocional profunda entre ambos miembros de la pareja en términos de satisfacción afectiva y sexual. Se esfuerzan por comprender y responder a las necesidades emocionales y sexuales de su compañero/a de manera empática. Por ejemplo, pueden mostrar comprensión hacia las fluctuaciones en el deseo sexual y buscar formas de mantener la satisfacción en la intimidad a lo largo del tiempo.

Estas personas están abiertas a la exploración y la variedad en su vida afectiva y sexual. Buscan mantener la chispa viva en la relación, introduciendo nuevas experiencias, juegos o elementos sorpresa en su vida íntima. Por ejemplo, pueden experimentar con nuevas poses sexuales, juegos de rol o escenarios eróticos para mantener el interés y la satisfacción en su vida sexual. Entienden la importancia de cuidar y nutrir la conexión emocional y sexual. Se esfuerzan por mantener una intimidad emocional profunda y una conexión sexual satisfactoria a lo largo del tiempo. Por ejemplo, pueden dedicar tiempo y esfuerzo para tener citas románticas, expresar afecto y mantener la pasión en la relación. Por otra parte, estas personas se caracterizan por brindar un ambiente de respeto y apoyo mutuo en su vida afectiva y sexual. Se sienten seguros y cómodos para expresar sus necesidades y deseos, sabiendo que serán escuchados y respetados. Además, se apoya en la exploración y satisfacción de su intimidad. Por ejemplo, pueden tener conversaciones abiertas sobre los límites y las preferencias sexuales, y respetar las decisiones y elecciones de su pareja en este ámbito (Spanier, 1999).

Finalmente, en la cuarta dimensión, que tiene que ver con la expresión de afecto, el valor más elevado está en la categoría medio, con el 44.2%; seguido por el valor alto (28.8%) y en tercer lugar la categoría bajo con el 19.2% de la muestra. Las personas con un nivel medio con tendencia a lo alto en la dimensión de expresión de afecto en el ajuste diádico se caracterizan

por expresar de manera frecuente y genuina sus sentimientos positivos hacia su pareja. Estas parejas se muestran cariñosas, tiernas y afectuosas en su relación cotidiana. Por ejemplo, pueden darse abrazos, besos, caricias y palabras de amor de manera espontánea y constante. Estas personas utilizan tanto la comunicación verbal como la no verbal para expresar su afecto hacia su pareja. Además de las palabras, también utiliza gestos, miradas, sonrisas y contacto físico para transmitir su amor y aprecio. Por ejemplo, pueden decir "te quiero" con sinceridad, pero también pueden expresarlo a través de un cálido abrazo o una sonrisa cariñosa. Existe un reconocimiento constante y aprecio mutuo en el ajuste diádico de estas parejas. Ambos miembros se valoran y elogian por sus cualidades, logros y contribuciones a la relación. Se expresa gratitud y reconocimiento por las acciones positivas y los esfuerzos realizados por su pareja. Por ejemplo, pueden decirle a su compañero/a lo mucho que aprecian su apoyo, su dedicación o su sentido del humor.

Además, estas personas demuestran cuidado y ternura hacia su pareja de forma activa. Realizan gestos pequeños pero significativos que muestran su preocupación y consideración por el bienestar emocional de su compañero/a. Pueden preparar una taza de té caliente cuando saben que ha tenido un día difícil, o dejar una nota cariñosa en la mesa de noche para recordarle lo especial que es. Estos gestos fortalecen la conexión emocional y generan un ambiente de seguridad y apoyo mutuo. En estas parejas, se fomenta la expresión saludable de emociones tanto positivas como negativas. Se sienten cómodos compartiendo sus alegrías, entusiasmo y felicidad, pero también pueden expresar tristeza, enojo o frustración de manera constructiva. Existen canales abiertos de comunicación emocional que permiten a ambos miembros compartir sus sentimientos y trabajar juntos para resolver conflictos (Spanier, 1999).

**Cuadro 16. Ajuste diádico de los hijos/as según el sexo**

NIVELES	Sexo de los hijos				Total	
	Hombre		Mujer			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy bajo	0	0,0%	1	3,4%	1	1,9%
Bajo	4	17,4%	5	17,2%	9	17,3%
Medio	12	52,2%	17	58,6%	29	55,8%
Alto	5	21,7%	5	17,2%	10	19,2%
Muy alto	2	8,7%	1	3,4%	3	5,8%
Total	23	100,0%	29	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 19 se puede apreciar que los hombres tienen un ajuste diádico más alto que las mujeres. Los hombres tienen mayores porcentajes que las mujeres en la categoría muy alto (8.7% en relación a 3.4%) y alto (21.7% en relación a 17.2%). En las categorías de ajuste diádico bajo y muy bajo, de manera global predominan las mujeres. Estos datos sugieren que las mujeres tienen una percepción más negativa de la relación de pareja en comparación con los hombres. De manera general, las mujeres están más disconformes con las atenciones que les da la pareja, con la relación que tienen con su familia, con los amigos y diversiones de la pareja y el despilfarro de dinero.

Al respecto, Tapia & Poulsen (2009), desde el punto de la terapia cognitivo conductual argumentan que entre hombres y mujeres existen una serie de diferencias que ocasionan que ambos miembros de la pareja vean una misma realidad con ojos diferentes. Mencionan en primer lugar las diferencias en la comunicación y expresión emocional. En muchas parejas se observa que los hombres tienden a tener una comunicación más directa y centrada en soluciones, mientras que las mujeres suelen expresar sus emociones de manera más abierta y buscan una mayor conexión emocional. Por ejemplo, en una pareja rural, el hombre puede estar más orientado a brindar soluciones prácticas a los problemas, mientras que la mujer puede buscar un espacio para compartir sus emociones y buscar apoyo emocional. El hombre puede dar por solucionado un problema, pero la mujer queda insatisfecha, pues ella no sólo buscaba una solución, sino una expresión emocional o muestras de solidaridad. Los hombres, al tener una comunicación más orientada a la resolución de problemas, pueden sentirse más satisfechos cuando logren encontrar soluciones efectivas. Esto puede fortalecer su sentido de competencia y confianza en su papel dentro de la relación. Por ejemplo, si un hombre de una pareja enfrenta

un desafío en su trabajo, puede buscar asesoramiento de su pareja y, al encontrar una solución efectiva, sentirse valorado y apreciado. Por otro lado, las mujeres pueden tener una mayor necesidad de expresar sus emociones y sentirse reconocidas y apoyadas en ese aspecto. Si su pareja masculina tiene dificultades para comprender y responder a estas necesidades emocionales, la mujer puede experimentar un menor ajuste diádico. Por ejemplo, si una mujer de una pareja atraviesa un período de estrés o tristeza, puede esperar que su pareja la escuche y la consuele. Si el hombre tiene dificultades para brindar ese apoyo emocional, puede generar tensiones y afectar negativamente el ajuste diádico.

Una segunda razón que dan los autores mencionados es la cuestión de los roles de género y distribución de tareas. En muchas parejas rurales, los roles de género tradicionales todavía prevalecen, lo que implica que los hombres desempeñen roles más activos y tomadores de decisiones, mientras que las mujeres asuman roles más orientados al cuidado del hogar y labores domésticas. Por ejemplo, en una pareja rural, el hombre debe generar el sustento económico, mientras que la mujer debe ocuparse y prepararse para las labores domésticas. Desde la perspectiva de la psicología cognitivo-conductual, esta distribución desigual de roles puede influir en el ajuste diádico. La sociedad visibiliza y reconoce los logros económicos de los hombres, lo cual incrementa su sentido de satisfacción y éxito cuando cumplen con los roles socialmente esperados, como proveer para la familia y tomar decisiones importantes. Estos roles tradicionales pueden reforzar su sentido de identidad y autoestima, lo que contribuye a un mayor ajuste diádico. En contraste, la labor doméstica de las mujeres por lo general pasa desapercibida y no es reconocida socialmente; más aún, es un trabajo con mucho sobrecargo, que no tiene descanso ni vacaciones. La falta de equidad en la distribución de tareas puede generar estrés y agotamiento, lo cual puede afectar negativamente el ajuste diádico (Tapia & Poulsen, 2009). Por su parte, Roche, R. (2006) en una investigación realizada en la Universidad Autónoma de Barcelona, al explicar ciertas ventajas que tienen los hombres en la autopercepción de su relación de pareja, señala lo siguiente:

Los valores implícitos en la socialización de género y expectativas culturales sobrevaloran los roles masculinos y desluce los femeninos. En muchas culturas, sobre todo en las áreas rurales, existe una socialización de género que perpetúa estereotipos y roles específicos para hombres y mujeres. Los hombres suelen ser socializados para ser independientes, fuertes y proveedores, mientras que las mujeres son socializadas para ser más dependientes, cuidadoras y centradas en

la vida familiar. Estas expectativas culturales pueden influir en la forma en que los hombres y las mujeres se relacionan dentro de una pareja. Los hombres que se adhieren más estrictamente a los roles y comportamientos esperados pueden experimentar un mayor sentido de identidad y cumplimiento. Por ejemplo, si un hombre tiene éxito en su rol de proveedor y líder, se le perdona ciertas limitaciones en otras tareas como en la familiar. Por otro lado, las mujeres que internalizan las expectativas culturales de dependencia y difíciles en la familia pueden experimentar dificultades en su ajuste diádico. Si se sienten limitadas en su autonomía y capacidad para tomar decisiones, debido a los cambios ideológicos debido a la liberación femenina, es probable que experimenten niveles más bajos de satisfacción y bienestar en la relación. Por ejemplo, si una mujer de una pareja rural desea desarrollar una carrera profesional, pero se encuentra con barreras sociales y expectativas de roles de género restrictivos, es probable que experimente frustración y resentimiento, lo que puede afectar su ajuste diádico.

Otra idea a tomar en cuenta para explicar la diferencia de ajuste diádico en los hombres y las mujeres, es la cuestión referida al apoyo social. En muchas áreas rurales, la participación social está influenciada por factores culturales y tradicionales. Los hombres a menudo tienen acceso a una vida social más amplia, como grupos de amigos, compañeros de trabajo, actividades políticas y actividades comunitarias, que les brindan apoyo emocional, social y práctico. Estas redes pueden actuar como un amortiguador contra el estrés y las dificultades en la relación de pareja. En otras palabras, los hombres cuentan con más amigos y contactos a los cuales acudir en casos de emergencia y estrés. Por otro lado, las mujeres en contextos rurales pueden tener redes sociales más limitadas, especialmente si se encuentran dedicadas principalmente al hogar y la crianza de los hijos. Esto puede hacer que experimenten una menor cantidad de apoyo emocional y social en comparación con los hombres. La falta de una red de apoyo sólido puede dificultar el manejo del estrés y las tensiones en la relación de pareja, lo que afecta negativamente su ajuste diádico. Las mujeres a menudo están en casa todo el día, sólo con la familia y, en algunos casos, totalmente solas, esperando que vuelva el marido o que el enamorado las visite. Este aislamiento tensiona y llena de angustia a muchas mujeres pues no tienen con quien conversar y a quién acudir cuando tienen algún problema. Es más, en algunos casos, el marido o la pareja les prohíbe que salga de casa o que cuente sus problemas a personas ajenas a la familia.

Los hombres que tienen apoyo extra familiar pueden recibir mayor validación y satisfacción emocional, lo que contribuye a un mejor ajuste en la relación de pareja. Por ejemplo, si un hombre de una pareja rural tiene amigos con quienes pueden compartir sus preocupaciones y recibir consejos, es probable que se sienta respaldado y enriquecido emocionalmente, fortaleciendo así su ajuste diádico. En contraste, las mujeres pueden experimentar una falta de apoyo emocional y social, lo que puede generar sentimientos de aislamiento y descontento en la relación. Si una mujer de una pareja rural no tiene acceso a una red de apoyo significativo, es posible que se sienta menos validada y apoyada en sus desafíos cotidianos, lo cual puede afectar su ajuste diádico (Roche, 2006).

**Cuadro 17. Ajuste diádico de los hijos/as según la edad**

NIVELES	Edad de los hijos						Total	
	20-26 años		27-32 años		33 y más años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy bajo	1	3,8%	0	0,0%	0	0,0%	1	1,9%
Bajo	5	19,2%	3	17,6%	1	11,1%	9	17,3%
Medio	14	53,8%	10	58,8%	5	55,6%	29	55,8%
Alto	6	23,1%	3	17,6%	1	11,1%	10	19,2%
Muy alto	0	0,0%	1	5,9%	2	22,2%	3	5,8%
Total	26	100,0%	17	100,0%	9	100,0%	52	100,0%

En base a los datos del cuadro 20, se puede indicar que, en términos generales, a medida que pasan los años, aumenta el ajuste diádico. Por ejemplo, si se toma como referencia la categoría de ajuste diádico muy alto, se puede apreciar que los hijos/as que tienen 33 y más años tienen mayor porcentaje (22.2%), en comparación con los hijos de menor edad, como ser de 27-32 años (5.9%) y de 20-26 años (0%). En la categoría de ajuste diádico alto no se cumple la anterior relación. Sin embargo, si se toma en conjunto los datos del cuadro 20, se puede apreciar que los hijos de mayor edad (más de 33 años), tienen más porcentaje por encima del término medio (sumando alto y muy alto) que los hijos de edades inferiores. Lo mismo sucede en el otro extremo del cuadro, es decir en los valores bajo y muy bajo, pues en ambas categorías los hijos de menor edad (20-26 años) tienen porcentajes mayores que los hijos de mayor edad (más de 33 años). Por ejemplo, en la categoría de nivel bajo, los hijos de 20-26 años tienen un porcentaje de 19.2%; dicho porcentaje desciende en los hijos de 27-32 años (17.6%) y baja aún más en los hijos de 33 y más años (11.1%).

Todos estos datos parecen indicar que la edad es un factor favorable en cuanto al ajuste diádico, pues a medida que pasan los años aumenta la experiencia, el sentido común, la responsabilidad, etc., lo cual permite que las parejas tengan un mayor entendimiento.

El investigador Alemany, M. A. (2015) en un estudio realizado en la Universidad de Morelia, Michoacán, México, indica que el ajuste diádico aumenta paulatinamente con la edad fundamentalmente por la acumulación de experiencia y madurez emocional por parte de los miembros de la pareja. Con el transcurso del tiempo, las personas adquieren una mayor experiencia en las relaciones interpersonales, incluyendo las relaciones de pareja. Han tenido la oportunidad de aprender de sus propias experiencias y han desarrollado una mayor comprensión de sí mismos y de los demás. Esta mayor experiencia les permite manejar de manera más efectiva los desafíos y conflictos que pueden surgir en la relación. Además, la madurez emocional que se adquiere con la edad puede contribuir al mejor ajuste diádico. Las personas mayores tienden a tener una mayor capacidad para regular sus emociones y para comunicarse de manera más efectiva con sus parejas. Han aprendido a expresar sus sentimientos y necesidades de manera asertiva, lo que facilita una comunicación más abierta y respetuosa en la relación. Esta experiencia les ha brindado la oportunidad de aprender cómo superar obstáculos y fortalecer su vínculo. Han desarrollado estrategias de afrontamiento efectivas y han aprendido a valorar y apreciar la compañía del otro. A medida que las personas envejecen, adquieren una mayor perspectiva sobre la importancia de la relación de pareja y desarrollan habilidades para enfrentar los desafíos que puedan surgir. Esta mayor experiencia y madurez emocional les permite construir una relación más sólida y satisfactoria con el paso del tiempo.

Otro factor que explica por qué las personas de mayor edad tienen un mayor ajuste diádico se relacionan con la estabilidad y el compromiso que suelen caracterizar las relaciones de pareja a largo plazo. A medida que las personas envejecen, es más probable que hayan establecido relaciones duraderas, como el matrimonio o la convivencia. Estas relaciones suelen estar basadas en un mayor nivel de compromiso y estabilidad, ya que han pasado por diversas etapas de la vida juntos y han superado diferentes pruebas y desafíos. En el contexto rural, donde los valores tradicionales y la importancia de la familia pueden ser especialmente valorados, las parejas de mayor edad pueden haber construido una base sólida de compromiso mutuo. Han invertido tiempo y esfuerzo en la relación, lo que contribuye a un mayor ajuste diádico. Por ejemplo, una pareja de mediana edad que ha estado casada durante varias décadas puede haber

construido una vida compartida, con proyectos, metas y responsabilidades en común. Han establecido rutinas y roles dentro de la relación, lo que brinda una sensación de estabilidad y cohesión. Además, la estabilidad en la relación también proporciona un mayor sentido de seguridad emocional y bienestar. Las parejas de mayor edad pueden confiar en la presencia y el apoyo constante de su compañero/a, lo que contribuye a un mayor ajuste diádico en términos de satisfacción, comunicación y colaboración (Alemany, 2015).

En otro estudio realizado en la Universidad de Sevilla, el investigador Jiménez Picón (2015), resalta los siguientes hechos y diferencias a favor de las parejas de mayor edad, los que les permiten tener un mayor ajuste diádico. En primer lugar, menciona la mayor capacidad de adaptación y flexibilidad. A lo largo de los años, las personas han experimentado diferentes cambios y transiciones en sus vidas. Han enfrentado desafíos individuales y han tenido que adaptarse a nuevas circunstancias. Esta experiencia de vida les ha proporcionado una mayor capacidad para enfrentar los cambios y ajustarse a las necesidades y deseos de su pareja. Luego de muchos conflictos, discusiones y problemas atravesados juntos, las parejas de mayor edad han desarrollado habilidades para lidiar con los desafíos que pueden surgir. Han aprendido a ser flexibles en sus expectativas y a encontrar soluciones que se benefician a ambos miembros de la pareja.

Por ejemplo, una pareja de más de 30 años de casados, puede haber pasado por diferentes etapas de la vida juntos, como el nacimiento de los hijos, cambios laborales, mudanzas, enfermedades, muerte de familiares, fracasos financieros, etc. Han tenido que adaptarse a estas circunstancias y encontrar formas de mantener la armonía y la satisfacción en su relación. La capacidad de adaptación y flexibilidad en la relación de pareja es fundamental para el ajuste diádico. Las personas mayores tienden a tener una mayor capacidad para comprometerse, ceder y encontrar soluciones de compromiso en situaciones conflictivas. Esta habilidad les permite mantener una comunicación abierta y constructiva, lo que contribuye al bienestar y la satisfacción en la relación. Además, la capacidad de adaptación también se relaciona con la capacidad de aceptar y tolerar las diferencias individuales en la pareja. A medida que las personas envejecen, es más probable que hayan desarrollado una mayor tolerancia y comprensión hacia las peculiaridades y las de su compañero/a. Esto promueve la armonía y el entendimiento mutuo en la relación.

A todo esto, hay que sumarle el mayor nivel de compromiso y apego emocional que está presente en las parejas de mayor edad. A medida que las personas envejecen, han construido

una historia compartida y una base sólida de experiencias y recuerdos en su relación. Han invertido tiempo, energía y emociones en la construcción de una conexión profunda con su compañero/a. En el contexto rural, donde los lazos familiares y comunitarios suelen ser fuertes, las parejas de mayor edad pueden valorar aún más el compromiso y el apego emocional en su relación. Han pasado por diversas etapas de la vida juntos y han experimentado tanto momentos de alegría como de adversidad. Esto ha fortalecido su vínculo y les ha permitido desarrollar un mayor sentido de pertenencia y seguridad en la relación. Las personas de mayor edad suelen tener una mayor capacidad para establecer y mantener vínculos afectivos estables y seguros. Esto les permite expresar y recibir apoyo emocional de manera más efectiva, lo que contribuye a la satisfacción y el bienestar en la relación. Además, el compromiso y el apego emocional también están asociados con una mayor comunicación y comprensión mutua. Las parejas de mayor edad tienden a tener una mayor habilidad para expresar sus necesidades y deseos, así como para escuchar activamente a su compañero/a. Esto fomenta la empatía y la conexión emocional, fortaleciendo aún más el ajuste diádico.

Los años otorgan a los individuos mayor habilidad para resolver conflictos y adaptarse a los cambios. Los diferentes desafíos y conflictos atravesados a lo largo de los años otorgan a los individuos estrategias y habilidades de resolución de problemas y adaptación mucho más eficientes que los individuos de menor edad, quienes son más subjetivos y egocéntricos. A medida que las personas envejecen, van depurando las estrategias de afrontamiento y resiliencia. Han aprendido a lidiar con las presiones externas y a adaptarse a las circunstancias cambiantes, lo que les permite mantener un mayor nivel de ajuste diádico; en vez de inculparse mutuamente, como suelen hacer los más jóvenes, los de mayor edad ponen en práctica estrategias realistas para hacer frente a la situación juntos. Esta capacidad para resolver problemas y adaptarse a los cambios fortalece su vínculo y promueve un mayor ajuste diádico (Jiménez Picón, 2015).

**Cuadro 18. Ajuste diádico de los hijos/as según el estado civil**

NIVELES	Estado civil de los hijos				Total	
	Casados / Concubinos		Solteros (con pareja)			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy bajo	1	2,9%	0	0,0%	1	1,9%
Bajo	6	17,6%	3	16,7%	9	17,3%
Medio	19	55,9%	0	55,6%	29	55,8%
Alto	6	17,6%	4	22,2%	10	19,2%
Muy alto	2	5,9%	1	5,6%	3	5,8%
Total	34	100,0%	18	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 21 se puede apreciar que los solteros (con pareja) tienen, en términos generales, mayor ajuste diádico que los casados y concubinos. En la categoría de ajuste diádico alto los casados/concubinos tienen un porcentaje de 17.6% y los solteros (con pareja), tienen un porcentaje de 22.2%. En la categoría muy alto la diferencia es mínima, pues aquí los casados/concubinos tienen 5.9% y los soltero tienen 5.6%. En las categorías de nivel de ajuste diádico bajo y muy bajo, predominan los casados / concubinos.

En términos generales, el estado civil, o grado de compromiso o convivencia de la pareja, parece afectar el ajuste diádico. Las parejas que tienen mayor compromiso y convivencia (casados y concubinos) tienen menor ajuste diádico que las parejas de enamorados que se relacionan por menos tiempo y que tienen menos o ningún compromiso.

El autor Melero, R. (2008) en el estudio realizado en la Universidad de Valencia, afirma que los solteros (con pareja) tienen menor nivel de compromiso, pero expresan mayor dedicación. Cuando una pareja de enamorados aún no ha formalizado su unión mediante el matrimonio o la convivencia, existe una mayor tendencia a valorar y cuidar la relación de manera especial. Ambos miembros de la pareja están conscientes de que su vínculo se basa en una elección mutua y en el deseo de estar juntos, lo que les impulsa a esforzarse por mantener la armonía y la satisfacción en su relación. En el contexto rural, donde las tradiciones y expectativas sociales pueden influir en la forma en que se percibe el matrimonio o la convivencia, las parejas de enamorados pueden sentirse menos presionadas por las responsabilidades y las expectativas asociadas a esas uniones formales. Esto les brinda mayor libertad para enfocarse en el cuidado mutuo, la comunicación efectiva y el fortalecimiento de su vínculo emocional. Por ejemplo, una

pareja de enamorados, antes de tomar la decisión de casarse o vivir juntos, pueden dedicar tiempo y esfuerzo para conocerse profundamente, establecer una base sólida de confianza y trabajar en el crecimiento mutuo. Este enfoque consciente en la relación y el compromiso de construir una conexión sólida puede contribuir a un mayor ajuste diádico. Este mayor nivel de dedicación en las parejas de enamorados puede tener efectos positivos en el ajuste diádico. Al estar conscientes de que su relación no está respaldada únicamente por un compromiso legal o social, los solteros con pareja de enamorados pueden sentirse más motivados a invertir tiempo y energía en cultivar una relación saludable. Esto implica una mayor disposición a comunicarse de manera abierta y afectiva, resolver conflictos de manera constructiva y satisfacer las necesidades emocionales y afectivas del otro.

Otro argumento es la mayor libertad individual y autonomía en la relación. Cuando las parejas aún no han formalizado su unión, existe una mayor flexibilidad en términos de roles y responsabilidades. Cada miembro de la pareja puede mantener su propia identidad individual y tener la libertad de tomar decisiones sin tener que ajustarse a las expectativas y compromisos tradicionales del matrimonio o la convivencia. En el contexto rural, donde los roles de género y las normas tradicionales pueden ser más arraigados, las parejas de enamorados pueden disfrutar de una mayor igualdad y equilibrio en la relación. Esto se debe a que no se ven limitados por los roles predefinidos de "esposo" y "esposa" o las expectativas rígidas sobre quién debe asumir determinadas responsabilidades en el hogar o la comunidad. En este contexto, ambos miembros pueden tener la libertad de tomar decisiones de manera conjunta y basada en sus propias preferencias y habilidades. Pueden distribuir las responsabilidades de la relación de manera más equitativa, sin estar sujetos a las expectativas de género tradicionales. Esto promueve un mayor sentido de autonomía y empoderamiento individual en la relación. Al tener la posibilidad de expresar su individualidad y tomar decisiones de manera independiente, cada miembro de la pareja se siente valorado y respetado en su autonomía personal. Esto fortalece la calidad de la relación, ya que ambos se perciben como colaboradores igualitarios y con un mayor grado de satisfacción y armonía en su vida en pareja (Melero, 2008).

Moral & Ramos (2016) en el estudio realizado sobre el ajuste diádico en mujeres y hombres mexicanos, resalta que la relación de pareja entre novios es más simple, cómoda y agradable. En este tipo de relación existe menor presión y expectativas sociales. En muchas culturas, particularmente las latinoamericanas, existe una fuerte influencia de normas y valores

tradicionales en torno al matrimonio y la convivencia. Las parejas casadas o en unión concubinaria a menudo se enfrentan a una serie de expectativas sociales y presiones de parte de la familia, de la sociedad en su conjunto y de ellos mismos (a través de los valores internalizados), que pueden afectar su relación. Por ejemplo, se espera que las parejas casadas cumplan con ciertos roles y responsabilidades tradicionales establecidas por la sociedad. Pueden sentirse presionados para tener hijos, mantener una apariencia externa de estabilidad y felicidad, y cumplir con las normas de comportamiento establecidas para los esposos y esposas en la comunidad. En contraste, las parejas de enamorados que aún no han formalizado su relación pueden experimentar una mayor libertad para definir su propio camino y establecer sus propias metas y expectativas. No se ven obligados a cumplir con las normas y presiones sociales asociadas con el matrimonio o la convivencia, lo que les permite enfocarse en construir una relación sólida basada en sus propias necesidades y deseos.

Esta menor presión y expectativas sociales en las parejas de enamorados puede conducir a un mayor ajuste diádico. Al no sentirse constreñidos por las normas sociales, los miembros de la pareja pueden explorar y desarrollar su relación de manera más auténtica y genuina. Pueden surgir en fortalecer su conexión emocional, comunicarse abierta y sinceramente, y buscar el bienestar mutuo sin tener que preocuparse por las expectativas externas. La falta de presión y expectativas sociales otorga a la pareja mayor libertad, creatividad y autenticidad, lo cual puede facilitar un mayor nivel de satisfacción y armonía en la relación. Al tener la libertad de establecer su propio camino y construir una relación basada en su amor y compromiso mutuo, los solteros con pareja de enamorados pueden experimentar una mayor sensación de autenticidad y libertad emocional. Esto contribuye a un mayor ajuste diádico, ya que la relación se desarrolla en un contexto de mayor flexibilidad y menos restricciones sociales.

La idea que la pareja puede irse en cualquier momento, a diferencia de los casados y concubinos que tienen al cónyuge “aprisionado” o comprometido por las leyes, incrementa la motivación de los novios a portarse bien y ser gentiles con la pareja. En las parejas de enamorados, especialmente aquellas que aún no han formalizado su unión a través del matrimonio o la convivencia, existe una mayor sensación de novedad, emoción y compromiso hacia la relación. Ambos miembros de la pareja están motivados por construir una conexión sólida y duradera, y están dispuestos a invertir tiempo, esfuerzo y energía en que la relación funcione. Todos los estudios demuestran que los novios son más románticos y detallistas entre sí que en las parejas

de casados o convivientes. Esta alta motivación y compromiso en las parejas de enamorados se debe, en parte, a la etapa inicial de la relación en la que se encuentran. Durante esta etapa, las parejas suelen experimentar una intensa atracción, pasión y el uno por el otro. Ambos miembros están dispuestos a superar obstáculos y desafíos que enfrentarán juntos para mantener viva la llama del amor. Por ejemplo, los novios invierten más tiempo en el cuidado personal (ropa) y el cuidado físico (ejercicios, dietas, etc.) que los casados y concubinos.

La alta motivación y compromiso por agradar a la pareja en los enamorados promueve un mayor ajuste diádico. El compromiso mutuo y la dedicación a la relación ayudan a fortalecer la comunicación, fomentar la resolución constructiva de conflictos y mantener una conexión emocional sólida. Además, la alta motivación impulsa a ambos miembros a trabajar en su crecimiento individual y en el crecimiento de la relación, lo que contribuye a un mayor nivel de satisfacción y bienestar conjunto.

Todo esto está acompañado por un menor desgaste y rutina en las parejas de enamorados. En las parejas casadas o concubinas, con el transcurso del tiempo, es común que se establezcan rutinas y se produzca cierto grado de desgaste en la relación. Las responsabilidades diarias, las obligaciones familiares, el trabajo y otras demandas de la vida pueden llevar a que la relación se vuelva predecible y monótona. Por otro lado, en las parejas de enamorados, al no estar formalmente unidos y no haber compartido una convivencia prolongada, aún existe una mayor dosis de novedad y sorpresa en la relación. Cada encuentro y momento juntos sigue siendo especial y emocionante. Esto puede generar un sentido de frescura y renovación en la relación, evitando que caiga en la rutina y el aburrimiento. Este clima de novedad motiva gestos románticos y espontáneos, como sorprender al ser querido con una cena improvisada, organizar una escapada romántica a un lugar especial o dedicar tiempo exclusivo para compartir actividades recreativas juntos. Estas acciones mantienen viva la chispa del amor y la conexión emocional, evitando que la relación caiga en la monotonía.

Desde la perspectiva de la psicología de pareja, el evitar el desgaste y la rutina en la relación es fundamental para mantener un alto ajuste diádico. La novedad y la sorpresa generan emociones positivas y estimulan la dopamina y otros neurotransmisores asociados al placer y la satisfacción. Estas experiencias compartidas refuerzan el vínculo afectivo y promueven la comunicación y el disfrute mutuo en la relación (Moral & Ramos, 2016).

## 5.5. OBJETIVO 4. INVESTIGAR LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS HIJOS

Las habilidades sociales son el “*Conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes, en situaciones específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal, sus sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza las posibilidades de conseguir un refuerzo externo*” (Gismero, 2002: 49). Para esto se ha empleado la escala de habilidades sociales(EH) de Gismero Gonzales Elena (2002).

**Cuadro 19. Habilidades sociales. Cuadro general**

NIVEL	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	25,0
Medio	27	51,9
Alto	12	23,1
Total	52	100,0

En el cuadro 22 se puede observar que la categoría con el puntaje más elevado corresponde al nivel medio (51.9%). Le sigue en segundo lugar la categoría de nivel bajo (25%) y en tercer lugar está la categoría alto con el 23.1%. Esto significa que los hijos de las familias de la provincia O'Connor evaluados, más de la mitad poseen habilidades sociales a nivel promedio, con una ligera tendencia al lado negativo, pues entre el valor bajo y el valor alto hay poca diferencia, apenas 2 centésimas. En términos generales, según el autor del test empleado (Gismero, 2002), la muestra evaluada corresponde a las características de una población normal. A continuación, se describe cuáles son las principales características de las personas con un nivel promedio en habilidades sociales, con una ligera tendencia al lado negativo, basándonos en la teoría de (Gismero, 2002) y en los resultados de otras investigaciones realizadas con poblaciones semejantes.

Entre las principales características de las personas con habilidades sociales a nivel medio con ligera tendencia al lado negativo, según Hidalgo, G., & Abarca, N. (1990), es la dificultad para establecer nuevas relaciones sociales. Si bien con las personas del entorno habitual pueden interactuar sin mayores problemas, experimentan alguna dificultad cuando esas personas son desconocidas y con hábitos inusuales. Este es un rasgo típico de los habitantes del área rural, pues debido a la naturaleza más cerrada y cohesionada de las comunidades rurales, puede

resultar más desafiante para los individuos integrarse en grupos sociales externos o establecer conexiones con personas fuera de su entorno familiar o amistades cercanas. En el contexto rural, es común que la mayoría de las interacciones sociales se den dentro de un círculo social limitado, compuesto por familiares, vecinos y conocidos de toda la vida. Esto puede limitar las oportunidades de conocer nuevas personas y experimentar la diversidad de perspectivas y experiencias que se encuentran en entornos más urbanos. Según la teoría del aprendizaje social y la influencia del entorno en el desarrollo de habilidades sociales, cuando las personas crecen en ambientes bien definidos, como son las áreas rurales, están expuestas a un conjunto más limitado de modelos sociales y han tenido menos oportunidades de practicar y desarrollar habilidades de interacción social con una amplia gama de individuos. Además, factores como la falta de acceso a los servicios típicos de la vida moderna, como clubes, galerías, teatros, grupos sociales, etc., así como la menor densidad poblacional en las áreas rurales, pueden contribuir a la falta de exposición a nuevas situaciones y limitar el desarrollo de habilidades de comunicación y adaptación social. Es importante destacar que esta dificultad para establecer nuevas relaciones sociales no implica, no obstante, que las personas del área rural carezcan por completo de habilidades sociales. Pueden ser competentes en las interacciones dentro de su círculo social más cercano, donde hay familiaridad y confianza. Sin embargo, se enfrentan a mayores desafíos al interactuar con personas desconocidas o en entornos nuevos.

Otro rasgo típico de las personas del área rural con predominancia del nivel medio en cuanto a habilidades sociales y la reticencia para expresar emociones y opiniones de manera abierta y directa. Por lo general la gente del campo es más seria, parca y lacónica en sus expresiones, cuando interactúan con personas desconocidas. En muchas comunidades rurales, existe una cultura tradicional que valora la discreción y la contención emocional, lo que puede dificultar la expresión libre de sentimientos y pensamientos. Es común que las personas del ambiente rural sean más reservadas y cautelosas al hablar de sus emociones más profundas. Pueden mostrar cierta reticencia a expresar abiertamente sus preocupaciones, alegrías o tristezas, ya sea por temor al juicio de los demás o por una preferencia cultural arraigada en la autodisciplina y el autocontrol.

Desde la perspectiva de la teoría del apego y la socialización de las emociones esto se debe a que las personas que crecen en áreas rurales pueden haber sido socializadas en un entorno que enfatiza la importancia de mantener la compostura emocional y evitar la confrontación o el exhibicionismo emocional; ellos se han identificado con sus progenitores que también

ensayaron este estilo comunicacional y de interacción con los demás. Esto puede llevar a una tendencia a reprimir o minimizar las emociones, lo que dificulta la expresión emocional auténtica y la conexión emocional con los demás. Además, esa cierta reticencia para expresar opiniones puede estar influenciada por la dinámica de poder y las estructuras sociales tradicionales en las comunidades rurales. En algunos casos, puede haber una expectativa de conformidad y deferencia hacia las figuras de autoridad, lo que limita la expresión de ideas o puntos de vista divergentes.

Este rasgo no implica que las personas del área rural carezcan por completo de habilidades para expresar sus emociones más profundas, sino que sus condiciones de vida y modelos percibidos, provocan que tiendan a guardarse sus emociones más profundas. Pueden ser hábiles en la comunicación interpersonal en un nivel superficial, pero pueden enfrentar dificultades para profundizar en conversaciones emocionales o expresar sus propias opiniones de manera asertiva (Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990).

En otro estudio, Minedu. (2004) realiza un análisis del proceso de aprendizaje de las habilidades sociales y destaca estos rasgos en los individuos de nivel promedio. Este tipo de personas tienen dificultad en el establecimiento de límites personales, esto se refiere a la capacidad de definir y mantener límites saludables en las interacciones sociales y en las relaciones personales. En muchas comunidades rurales, existe una fuerte cultura de solidaridad y apoyo mutuo, donde se valora la colaboración y la disposición a ayudar a los demás. Si bien esta solidaridad puede ser enriquecedora en muchos aspectos, también puede generar dificultades para establecer límites personales claros. Por ejemplo, en el ámbito rural, es común que las personas se sientan obligadas a ayudar a sus vecinos o familiares en todo momento, incluso si eso significa sacrificar su propio tiempo, energía o recursos. Pueden tener dificultades para decir "no" o establecer límites adecuados para proteger su bienestar emocional y personal. Este rasgo es el opuesto al que se observa con frecuencia en las grandes ciudades, donde nadie ayuda a nadie y predomina el individualismo.

La psicología cognitiva indica que esto puede relacionarse con la dificultad en el desarrollo de habilidades de asertividad y la tendencia a complacer a los demás en lugar de priorizarse a uno mismo. Las personas del área rural pueden haber internalizado la creencia de que es egoísta o irrespetuoso establecer límites personales, lo que puede llevar a una sobre extensión de sí mismos y a sentirse extraños o resentidos con los que no se comportan de la misma manera. Además, la falta de límites claros puede afectar las relaciones interpersonales, pues puede llevar

a situaciones de codependencia, donde las personas se sientan atrapadas en dinámicas de cuidado excesivo o dependencia emocional; es decir es más difícil romper la ligazón que se establece con el núcleo familiar o las amistades de la comunidad. También puede generar conflictos y resentimientos, ya que los límites personales mal definidos pueden dar lugar a expectativas poco realistas y a la invasión del espacio personal.

También se ha observado que las personas con un nivel medio en cuanto a habilidades sociales con una ligera tendencia al lado negativo tienen cierta dificultad en la expresión emocional adecuada. Esto implica tener dificultades para identificar, comunicar y manejar de manera saludable las propias emociones. El individuo no sabe qué emociones debe expresar y qué emociones debe reprimir. En muchas comunidades rurales, existe una cultura en la que se valora la fortaleza emocional y la contención de las emociones, particularmente en el caso de los varones a quienes se les inculca la actitud de que los hombres deben ser fríos y no mostrar sus sentimientos. Existe la creencia arraigada de que expresar abiertamente los sentimientos es una señal de debilidad o inestabilidad emocional. Como resultado, las personas del área rural pueden reprimir o minimizar sus emociones, lo que dificulta su capacidad para comprender y comunicar sus necesidades y sentimientos de manera efectiva. Ante los ojos de los visitantes de la ciudad, los habitantes del campo aparecen como lentos, antisociales y extraños. Por ejemplo, en lugar de expresar su enojo o frustración de manera directa y asertiva, es posible que opten por mantenerlo en silencio o manifestarlo de forma pasiva. También pueden tener dificultades para expresar emociones más vulnerables, como el miedo o la tristeza, por temor a ser juzgados o malinterpretados. Los estudios sobre inteligencia emocional realizados en áreas rurales, han confirmado este rasgo, pues el habitante del campo tiene mayor necesidad de mantener una imagen de fortaleza y resistencia frente a los demás. Las personas del área rural han aprendido a reprimir sus emociones como una forma de adaptarse al entorno social y cumplir con las expectativas culturales; los hombres deben ser fuertes y no expresar emociones, las mujeres deben ser discretas y no comunicar lo que sienten.

Por ejemplo, pueden encontrarse en situaciones en las que se sienten sobrecargados de responsabilidades o comprometidos en exceso debido a su incapacidad para decir "no" de manera asertiva. Pueden tener dificultades para establecer límites en relaciones de pareja, familiares o amistades, lo que puede generar un desequilibrio en la dinámica y afectar su bienestar emocional.

Estas limitaciones en la habilidad de establecer límites personales pueden estar relacionadas con la necesidad de agradar a los demás, el miedo al rechazo o la falta de confianza en las propias necesidades y derechos. Las personas del área rural pueden haber internalizado la idea de que poner límites puede ser considerada como egoísta o poco amigable, lo que dificulta su capacidad para protegerse y cuidar de su bienestar emocional.

En el contexto de las zonas rurales, se observa con mucha frecuencia que los habitantes poseen un rasgo distintivo de amabilidad hacia los extranjeros, incluso más pronunciado que hacia sus propios coterráneos. Esta actitud se caracteriza por una disposición genuina y abierta hacia aquellos que son considerados foráneos en su comunidad.

La amabilidad hacia los extranjeros en las zonas rurales refleja una actitud de acogida y hospitalidad hacia aquellos que llegan de fuera. Estas costumbres suelen estar arraigadas en tradiciones arraigadas, y el encuentro con personas de diferentes orígenes culturales o geográficos puede generar curiosidad y respeto hacia la diversidad. Muy a menudo los habitantes rurales pueden sentir una mayor responsabilidad en asegurarse de que los foráneos se sientan bienvenidos y cómodos en su entorno. Esto puede estar respaldado por normas culturales que enfatizan la importancia de la cortesía, el respeto y la solidaridad, vigentes aún en el campo, pero casi extintos en las grandes ciudades. Además, es posible que la amabilidad hacia los extranjeros se vea impulsada por el deseo de proyectar una imagen positiva de su comunidad ante los visitantes y demostrar la hospitalidad y el calor humano por los que se sienten orgullosos.

No obstante, es importante destacar que no todos los habitantes rurales presentan esta actitud de sumisión o amabilidad excesiva hacia los extranjeros, ya que esto depende en gran medida de la etnia, de la edad y del grado de contacto con la ideología que rige en las ciudades grandes y modernas. Existen variaciones individuales y algunos residentes rurales pueden mostrar un enfoque más equilibrado y equitativo en sus interacciones, no agresivo y rechazante (Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990; Minedu, 2004).

**Cuadro 20. Habilidades sociales, por dimensiones**

Niveles	Dimensiones de las habilidades sociales											
	Autoexpresión en situaciones sociales		Defensa de los propios derechos como consumidor		Expresión de enfado o disconformidad		Decir no y cortar interacciones		Hacer peticiones		Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	17	32,7	16	30,8	12	23,1	16	30,8	12	23,1	14	26,9
Medio	23	44,2	22	42,3	29	55,8	21	40,4	25	48,1	26	50,0
Alto	12	23,1	14	26,9	11	21,2	15	28,8	15	28,8	12	23,1
Total	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0

En el cuadro 23 se puede observar que en todas las dimensiones predomina el valor medio de habilidades sociales, seguido por el valor bajo y en tercer lugar el valor alto, excepto en la dimensión “hacer peticiones”.

A continuación, se hace un análisis e interpretación de cada una de las dimensiones. En primer lugar, en la dimensión de autoexpresión en situaciones sociales, las personas de la muestra que fueron estudiadas, dieron un porcentaje de 44.2% en el nivel medio, seguido por el 32.7% en el nivel bajo y, en tercer lugar, el porcentaje de 23.1% del valor alto. Esto significa que los hijos de las familias estudiadas tienen una expresión moderada de sus pensamientos e ideas cuando están en grupo, pero tienen algunas dificultades cuando se trata de personas nuevas.

Otra característica de las personas con habilidades sociales término medio es la asertividad equilibrada. Esto significa que la autoexpresión en situaciones sociales muestra un equilibrio entre expresar sus opiniones y necesidades de manera clara y respetuosa, sin caer en la agresividad o en la inhibición excesiva. Son capaces de comunicar sus pensamientos y sentimientos de manera adecuada, sin imponerse ni reprimirse. Por ejemplo, en una reunión comunitaria, estas personas podrían expresar sus ideas y aportes de manera clara y considerada, sin dominar la conversación ni quedarse llamadas sin participar. Sin embargo, existe una ligera tendencia a reprimir sus puntos de vista cuando la situación es muy novedosa. Esta característica refleja una habilidad para establecer límites y expresar las necesidades propias sin generar conflictos necesarios o inhibirse en exceso. Esto contribuye a una interacción social más saludable y a la construcción de relaciones satisfactorias.

Otro rasgo de esta dimensión es la adaptabilidad social. Las personas con habilidades sociales término medio en la autoexpresión en situaciones sociales muestran una capacidad de adaptación a diferentes contextos y personas. Son capaces de ajustar su estilo de comunicación y comportamiento de acuerdo con las demandas sociales y las características de quienes les rodean. Por ejemplo, pueden ser elocuentes y expresivos en conversaciones informales con amigos, pero tienen cierta dificultad para adaptarse a situaciones con personas más formales y poco conocidas. Esta característica refleja una habilidad para leer las señales sociales y adaptarse a ellas, lo que facilita una interacción más fluida y armoniosa. Esta adaptabilidad social contribuye a una mayor aceptación y conexión con los demás, fortaleciendo las relaciones interpersonales. Asimismo, muestran una capacidad para escuchar de manera activa y efectiva a los demás. Son capaces de prestar atención, mostrar interés genuino y responder de manera apropiada durante las interacciones sociales. Por ejemplo, pueden mantener contacto visual, hacer preguntas pertinentes y ofrecer respuestas empáticas, lo que demuestra su disposición para entender y apoyar a los demás (Oyarzún, et al. 2012; Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990). En el cuadro 23 se puede apreciar que, en la dimensión de defensa de los propios derechos como consumidor, las personas evaluadas tienen un porcentaje mayoritario en la categoría media (42.3%), seguido de la categoría baja (30.8% y finalmente está la categoría alto (26.9%). Las personas que tienen habilidades sociales término medio (con una tendencia al lado negativo) en esta dimensión se caracterizan por tener una conciencia aceptable de los derechos del consumidor, es decir, saben mayormente los derechos que tienen y los que no. Están informadas sobre las leyes y regulaciones que protegen a los consumidores y son capaces de identificar situaciones en las que sus derechos podrían estar siendo vulnerados. Por ejemplo, podrían estar al tanto de la política de devolución de un producto y ser capaz de reclamar si considera que se les ha tratado de manera injusta.

Esta característica refleja una actitud proactiva hacia la protección de los propios intereses, pues estos individuos están dispuestos a informarse y empoderarse en el ámbito del consumo, lo que les permite tomar decisiones más conscientes y defender sus derechos de manera efectiva. Estas personas son capaces de comunicar sus preocupaciones y reclamaciones de manera clara y respetuosa. Poseen habilidades de comunicación asertiva, lo que les permite expresar sus quejas y expectativas de forma efectiva, sin caer en la agresividad ni en la pasividad. Por ejemplo, podrían expresar sus inquietudes sobre un producto o servicio de manera directa y respetuosa,

buscando una solución satisfactoria. Esta característica refleja una habilidad para establecer límites y expresar las necesidades propias en el ámbito del consumo. Estas personas son capaces de defender sus derechos sin generar conflictos necesarios, lo que les permite abordar de manera constructiva las situaciones problemáticas. Por lo general tienen una actitud proactiva hacia la búsqueda de información y recursos que les ayudan a defender sus derechos, pues están dispuestos a investigar, buscar asesoramiento y utilizar los canales adecuados para resolver cualquier problema relacionado con sus compras. Por ejemplo, podría consultar opiniones de otros consumidores, contactar con organizaciones de protección al consumidor o buscar orientación legal en caso necesario; estas personas están dispuestas a invertir tiempo y esfuerzo en obtener la información necesaria para proteger sus derechos, lo que les brinda mayor confianza y capacidad para abordar situaciones desfavorables (Oyarzún, et al. 2012; Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990).

En cuanto a la dimensión expresión de enfado o disconformidad, según los datos del cuadro 23, predomina el valor medio (55.8%), seguido del valor bajo (23.1%) y más abajo está el porcentaje de 21.2% que corresponde a la categoría alto. Como en las anteriores dimensiones, esto significa un manejo aceptable de esta dimensión, con una ligera tendencia hacia el lado negativo. Según los autores consultados estas personas tienen una expresión adecuada de emociones negativas. Pueden manifestar su desacuerdo o malestar sin caer en la agresividad o la confrontación desmedida. Por ejemplo, podría expresar su descontento con un producto o servicio de manera clara y respetuosa, explicando los motivos de su insatisfacción. Por tanto, pueden gestionar y expresar las emociones negativas de forma constructiva. Estas personas son capaces de comunicar su descontento de manera asertiva, lo que les permite abordar los problemas de manera más efectiva. Están dispuestas a negociar para resolver los conflictos, pues en lugar de quedarse solo en la expresión del enojo, buscan alternativas y propuestas constructivas para resolver la situación. Por ejemplo, podrían plantear posibles soluciones o pedir una compensación justa por el problema experimentado. Lo principal a destacar es que mantienen un nivel de respeto hacia los demás incluso cuando expresan su desacuerdo. Son capaces de separar la crítica hacia una situación o comportamiento de la persona en sí, evitando ataques personales u ofensas necesarias (Oyarzún, et al. 2012; Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990).

En cuanto a la variable decir no y cortar interacciones no deseadas, los puntajes confirman la tendencia, pues predomina el valor medio (40.4%), le sigue el valor bajo (30.8%) y al final está el valor alto (28.8). Las personas que tienen habilidades sociales término medio (con una tendencia al lado negativo) en la dimensión de decir "NO" y cortar interacciones no deseadas son capaces de establecer límites de manera racional, cuando algo les afecta, no les interesa o les desagrada. Pueden expresar su negativa de forma clara y firme, sin sentirse culpables o ceder fácilmente ante las presiones externas. Por ejemplo, podrían rechazar una solicitud que no desean o cortar una conversación que se ha vuelto incómoda. Eso significa que estas personas tienen confianza en su derecho a establecer límites y decir "NO" cuando sea necesario, lo que les permite mantener relaciones más equilibradas y satisfactorias con los demás. Pueden decir no a un comerciante que les ofrece algo que no les interesa o pedirle a alguien que se retire si ya no tiene tiempo disponible.

Estas personas son conscientes de las interacciones que no les resultan beneficiosas o deseadas, y son capaces de ponerles fin de manera efectiva. Pueden identificar cuándo una interacción se ha vuelto tóxica, agotada o no alineada con sus valores y objetivos, y tomar medidas para cortarla. Por ejemplo, podrían poner fin a una amistad que se ha vuelto dañina o distanciarse de personas que constantemente les generan malestar. Este rasgo refleja una habilidad para proteger el bienestar emocional y establecer límites saludables en las relaciones. Estas personas adoptan la importancia de cuidar de sí mismas y tomar decisiones que promueven su propia felicidad y salud mental.

Es importante destacar que tienen un manejo adecuado de la culpa y el conflicto emocional que pueden surgir al establecer límites. Aunque puedan sentir cierta incomodidad o preocupación por herir los sentimientos de los demás, son capaces de mantenerse firmes en sus decisiones y priorizar su bienestar. Por ejemplo, podría experimentar un sentimiento de culpa al decir "NO" a una petición de préstamo de dinero de una persona que siempre le pide dinero, pero que tarda en devolver o bien debido a que está limitado de recursos en ese momento. Esta característica refleja una habilidad para gestionar las emociones difíciles y mantener el enfoque en el cuidado personal. Estas personas entienden que decir "NO" y cortar interacciones no deseadas puede generar conflictos emocionales, pero están dispuestas a enfrentarlos y tomar decisiones saludables para su propio bienestar (Oyarzún, et al. 2012; Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990).

Siguiendo con el análisis de las dimensiones de las habilidades sociales, se aborda la referida a “hacer peticiones”. En esta dimensión, a diferencia de las anteriores, si bien se mantiene el predominio de la categoría medio (48.1%), pero en segundo lugar aparece la categoría alto (28.8%) y en tercer lugar está la categoría bajo (23.1%). Esto significa que los habitantes del campo tienen un cierto predominio en la actitud de efectuar peticiones o ayuda a los demás. Por una parte, esto significa que son conscientes de sus necesidades y que son capaces de expresar claramente que requieren ayuda. Pueden comunicar sus solicitudes de manera precisa y directa, evitando ambigüedades o malentendidos. Por ejemplo, podrían ayudar a un compañero de trabajo de manera específica y detallada, indicando claramente lo que esperan obtener; quizás este rasgo esté influido por el estilo de vida del área rural donde es frecuente que una persona ayude a otra, por ejemplo, en la siembra o construcción de una vivienda, para recibir el mismo favor con posterioridad cuando ella lo requiera. También es destacable la costumbre de que los hijos vivan en el campo por mucho tiempo apegados a la familia materna, más de lo que sucede en las grandes ciudades.

Es destacable el hecho que estas personas no temen pedir ayuda cuando la necesiten porque confían en los demás y saben que recibirán la colaboración necesaria. Pueden acudir a un vecino cuando les fue mal en una cosecha, porque saben que no se negará a ayudarle; esta confianza en el otro refleja la actitud personal que también brindarán ayuda a los que la soliciten. Este rasgo de solidaridad manifiesta una autoestima saludable y una actitud positiva hacia la interdependencia. Estas personas entienden que pedir ayuda no implica debilidad, sino que es una habilidad valiosa para obtener recursos y resolver problemas de manera más efectiva. Estos individuos son conscientes de los sentimientos y necesidades de los demás al solicitar ayuda. Mantienen una actitud respetuosa y considerada, impidiendo imponer sus peticiones de manera egoísta o irrespetuosa. Por ejemplo, podrían ser conscientes de la disponibilidad y capacidad de la otra persona antes de hacer una petición, mostrando comprensión y agradecimiento por su apoyo (Oyarzún, et al. 2012; Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990).

Finalmente, en la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, predomina el valor medio (50%), con el valor bajo en segundo lugar (26.9%) y en tercer lugar aparece el valor alto (23.1%). Si bien las personas del área rural no tienen mayores dificultades para interactuar con el sexo opuesto, hay una cierta tendencia al valor bajo, lo cual reflejaría alguna

reticencia a expresar abiertamente sus intereses afectivo - sexuales en algunas circunstancias. El hecho a destacar en primer lugar es que estas personas tienen confianza y seguridad en sí mismos, en un grado aceptable, para interactuar con el sexo opuesto. Se sienten cómodos al acercarse y entablar conversaciones, sin mostrar timidez excesiva o ansiedad social. Por ejemplo, podrían iniciar una charla amigable con alguien del sexo opuesto en un evento social sin mostrar señales evidentes de incomodidad. Pero cuando existe un cierto desbalance y es la otra persona la que toma la iniciativa existe cierto descontrol.

En estos casos estas personas pueden experimentar una sensación de inseguridad personal, lo que les lleva a sentirse incómodas cuando alguien del sexo opuesto toma la iniciativa en asuntos afectivo-sexuales. Esto puede ser causado por tener baja autoestima o dudas sobre su propio atractivo y valor como pareja, lo que les lleva a sentirse amenazadas o inadecuadas cuando otra persona se muestra más proactiva. Aquellos que se sienten incómodos ante una iniciativa más proactiva por parte de alguien del sexo opuesto pueden tener un fuerte deseo de mantener el control en sus relaciones y evitar el riesgo de ser rechazados. El hecho de que otra persona tome la iniciativa puede desestabilizar su sentido de control y generar ansiedad por la posibilidad de ser rechazados o de perder el control sobre la situación. En estas personas predominan los patrones de interacción más pasiva, por eso cuando alguien del sexo opuesto se muestra más proactivo, puede generarles confusión o incluso incomodidad, ya que están acostumbrados a un rol más pasivo en estas situaciones (Oyarzún, et al. 2012; Gismero, 2002; Hidalgo & Abarca, 1990).

**Cuadro 21. Habilidades sociales, por sexo**

	Sexo de los hijos				Total	
	Hombre		Mujer			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	8	34,8%	5	17,2%	13	25,0%
Medio	11	47,8%	16	55,2%	27	51,9%
Alto	4	17,4%	8	27,6%	12	23,1%
Total	23	100,0%	29	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 24 se puede apreciar que las mujeres tienen mayor porcentaje (27.6%) en el nivel alto de habilidades sociales, en relación a los hombres (17.4%). Asimismo, en el nivel de habilidades bajas predominan los hombres (34.8%) y las mujeres tienen un puntaje menor

(17.2%). Esto significaría que las mujeres tienen mayor espontaneidad en las relaciones sociales, mayor sensibilidad y empatía al relacionarse con los demás.

De manera tradicional se indica que las mujeres tienen mayores habilidades sociales que los hombres. También diferentes estudios han hecho referencia a este hecho. Por ejemplo, Sihuay N. (2016), en un estudio comparativo realizado en el Perú, sobre las habilidades sociales de hombres y mujeres, afirma que esta diferencia se debe en gran parte por la socialización de género y los roles tradicionales. Es un hecho comprobado que la socialización de género desempeña un papel crucial en el desarrollo de las habilidades sociales, y es probable que influya en la disparidad entre mujeres y hombres. Desde una edad temprana, se espera que las niñas adquieran habilidades de comunicación verbal y no verbal más destacadas, mientras que a los niños se les alienta a ser más independientes y menos expresivos emocionalmente. Esta diferencia en la socialización puede llevar a que las mujeres desarrollen habilidades sociales más refinadas y sean más conscientes de las emociones y señales sociales en comparación con los hombres. Por ejemplo, en muchas culturas se espera que las mujeres sean más empáticas y sensibles a las necesidades de los demás. Esto puede llevar a que las mujeres sean más hábiles para interpretar el lenguaje corporal, las expresiones faciales y las señales emocionales sutiles, lo que les permite adaptarse y responder de manera más efectiva en situaciones sociales.

La socialización de género también puede influir en las expectativas y creencias de las mujeres sobre su papel en las interacciones sociales. Si se les enseña que su valor se basa en su capacidad para cuidar y mantener relaciones armoniosas, es más probable que desarrollen habilidades sociales más sólidas en comparación con los hombres. Posiblemente esto esté influido por la identificación con la figura materna en el desarrollo de habilidades sociales en las mujeres. La relación cercana y la identificación con la madre pueden proporcionar un modelo de comportamiento y una base para el desarrollo de habilidades sociales más avanzadas.

Otro factor que puede contribuir a que las mujeres tengan mayores habilidades sociales es el rol tradicionalmente asignado a ellas en términos de cuidado y empatía. Las mujeres a menudo asumen roles de cuidadoras en la familia y la sociedad, lo que les brinda más oportunidades para practicar y desarrollar habilidades sociales, como la escucha activa, la empatía y la resolución de conflictos. Las mujeres suelen estar más involucradas en el cuidado de los demás, ya sea como madres, hermanas, hijas o amigas. Esta experiencia les brinda una mayor exposición a

situaciones interpersonales, lo que les permite aprender a comunicarse, comprender las necesidades de los demás y responder de manera adecuada.

Además, la empatía es una habilidad social fundamental que implica la capacidad de comprender y compartir los sentimientos y perspectivas de los demás. Las mujeres tienden a mostrar mayores niveles de empatía en comparación con los hombres, lo que puede influir en su capacidad para establecer conexiones emocionales y establecer relaciones sólidas. Las mujeres son reforzadas y elogiadas en su infancia por su capacidad de cuidado y empatía, lo que refuerza y fortalece estas habilidades a lo largo del tiempo. Esto genera una internalización de los roles de género en la formación de habilidades sociales más desarrolladas en las mujeres. La relación con la madre y la identificación con su rol de cuidadora puede influir en la adquisición y expresión de habilidades sociales en las mujeres (Sihuay, 2016).

Por otra parte, Cardozo, G., Dubini, P., Fantino, I. & Ardiles, R. (2011) en un estudio sobre el tema indican, exponen argumentos complementarios, pues dicen que las normas sociales y las expectativas de género influyen en las diferencias observadas en las habilidades sociales entre hombres y mujeres. Desde una edad temprana, se espera que las niñas sean más sociables, empáticas y comunicativas, mientras que a los niños se les alienta a ser más independientes, competitivos y orientadores hacia el logro.

Estas expectativas de género pueden moldear las interacciones sociales y el desarrollo de habilidades sociales en ambos sexos. Las niñas pueden recibir más estímulos y oportunidades para practicar habilidades sociales, como participar en conversaciones grupales, expresar emociones y establecer conexiones emocionales, lo que contribuye a su desarrollo social. Por otro lado, a los niños se les puede fomentar a enfocarse en actividades más individuales o competitivas, lo que puede limitar sus experiencias de interacción social y su desarrollo de habilidades sociales. Esto no significa que los hombres sean inherentemente menos capaces socialmente, sino que las expectativas sociales pueden influir en cómo se les enseña y fomenta el desarrollo de sus habilidades sociales. Las mujeres pueden tener una mayor autoeficacia social debido a la validación social que reciben al cumplir con las expectativas de género, mientras que los hombres pueden tener una menor autoeficacia social si sienten presión para demostrar fortaleza y evitar mostrar vulnerabilidad emocional.

Otro argumento que puede contribuir a explicar las diferencias observadas en las habilidades sociales entre hombres y mujeres se relaciona con el procesamiento emocional y la empatía. En

la investigación mencionada los resultados sugieren que las mujeres tienden a mostrar una mayor sensibilidad emocional y una mayor capacidad para reconocer y comprender las emociones de los demás. Este mayor nivel de habilidades emocionales puede facilitar las interacciones sociales, ya que les permite sintonizar con las emociones y necesidades de los demás, expresar empatía y establecer conexiones más profundas en las relaciones interpersonales. Por ejemplo, las mujeres pueden ser más hábiles para leer las señales no verbales, interpretar el lenguaje corporal y responder de manera apropiada en situaciones sociales. Esto puede explicarse por diferencias en el aprendizaje social y la adquisición de habilidades emocionales. Las niñas pueden recibir más orientación y apoyo emocional, lo que les permite desarrollar una mayor conciencia emocional y una mayor capacidad para expresar y regular sus emociones. Los niños, por otro lado, pueden enfrentar más presiones para reprimir o controlar sus emociones, lo que puede limitar su desarrollo de habilidades emocionales y su expresión emocional en situaciones sociales.

Las sociedades suelen tener expectativas específicas sobre cómo se espera que los hombres y las mujeres se comporten en las interacciones sociales. Por ejemplo, se espera que las mujeres sean más amigables, comprensivas y cuidadosas, mientras que se espera que los hombres sean más directos, autoritarios y lacónicos. A los hombres que son muy habladores se les dice que parecen mujeres; viceversa en el caso de las mujeres. Estas expectativas pueden influir en cómo se desarrollan las habilidades sociales en cada género (Cardozo et al, 2011).

**Cuadro 22. Habilidades sociales, por edad**

	Edad de los hijos						Total	
	20-26 años		27-32 años		33 y más años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	8	30,8%	4	23,5%	1	11,1%	13	25,0%
Medio	12	46,2%	10	58,8%	5	55,6%	27	51,9%
Alto	6	23,1%	3	17,6%	3	33,3%	12	23,1%
Total	26	100,0%	17	100,0%	9	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 25 se puede apreciar que las habilidades sociales mejoran a medida que aumentan los años. En la categoría de nivel alto de habilidades sociales, los hijo/as de 33 y más años tienen un puntaje de 33.3%, mientras que los de 27-32 años tienen un porcentaje de 17.6% y los de 20-26 años de 23.1%. De manera opuesta, en la categoría baja de habilidades sociales, predominan

los individuos de 20-26 años con un puntaje de 30.8%, le siguen con un puntaje mucho menor los de 27-32 años y, finalmente, al último, están los de 33 y más años con sólo el 11.1%.

A decir de los autores consultados, si bien los individuos de menor edad son más espontáneos y habladores, indican que los de mayor edad tienen una comunicación más asertiva, empática y equilibrada. Por ejemplo, Martinenghi, C. (2010), en una investigación realizada en Tucumán, Argentina, indica que si bien el deseo de comunicarse con nuestros semejantes es algo generalizado, esta es una habilidad que se aprende, por lo cual influye la experiencia. Conforme las personas envejecen, han tenido más tiempo para interactuar con diferentes personas y enfrentar diversas situaciones sociales. Esta acumulación de experiencias les brinda la oportunidad de aprender y desarrollar habilidades sociales de manera más amplia y destacada. A medida que las personas atraviesan diferentes etapas de la vida, como la adolescencia, la adultez joven y la adultez media, se enfrentan a una variedad de contextos sociales, como el ámbito educativo, laboral, familiar y comunitario. Debido a experiencias estas personas tuvieron oportunidades para aprender a comunicarse efectivamente, resolver conflictos, mostrar empatía, adaptarse a diferentes situaciones y comprender las normas sociales.

Con el paso del tiempo, las personas mayores han tenido más tiempo para practicar y perfeccionar estas habilidades sociales a través de la retroalimentación y el aprendizaje continuo. Han tenido más oportunidades para aprender de sus éxitos y fracasos en las interacciones sociales, lo que les ha permitido desarrollar estrategias efectivas y adaptativas para enfrentar diferentes situaciones sociales. Además, la experiencia acumulada a lo largo de los años puede proporcionar a las personas mayores una mayor comprensión de sí mismos y de los demás. Han tenido más oportunidades para desarrollar la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar de los demás, lo que facilita la interacción y el establecimiento de relaciones saludables. Otro factor que puede contribuir a que las personas de mayor edad tengan mayores habilidades sociales es el mayor nivel de autoconocimiento y autorregulación emocional que han desarrollado a lo largo del tiempo. Con el paso de los años, las personas tienen más oportunidades de reflexionar sobre sus propias emociones, necesidades y deseos. Han experimentado una variedad de situaciones emocionales y han aprendido a reconocer y comprender sus propias reacciones emocionales. Este mayor autoconocimiento les permite tener una mayor conciencia de sí mismos y de cómo sus emociones pueden afectar sus interacciones sociales. Además, con la edad, las personas tienden a desarrollar una mayor capacidad de

autorregulación emocional. Han aprendido a manejar de manera más efectiva las emociones negativas, como la ira o la frustración, por lo tanto, expresan sus emociones de manera más adecuada en situaciones sociales. Esto les permite tener un mayor control sobre sus respuestas emocionales y responder de manera más calmada y equilibrada en diferentes contextos sociales. Por tanto, el mayor autoconocimiento y la autorregulación emocional también pueden contribuir a una mayor empatía hacia los demás. Al comprender mejor sus propias emociones y necesidades, las personas mayores pueden ser más sensibles y comprensivas hacia las emociones y necesidades de los demás, lo que facilita la comunicación efectiva y la construcción de relaciones positivas.

Por su parte, Oyarzún, et al. (2012) y Sihuay N. (2016), al explicar la diferencia mencionada, aportan con estos argumentos. La comunicación no es cuestión de palabras o más o menos información intercambiada, pues hay que tomar en cuenta la funcionalidad de la misma. Con los años, en promedio, la comunicación se hace más efectiva, pues los individuos aprenden a comunicarse mejor, evitando el desgaste y las respuestas perjudiciales. La edad implica más oportunidades de interactuar con una variedad de individuos en diferentes contextos sociales, como en el trabajo, la familia, la comunidad y las amistades. Esta amplia experiencia social les brinda la oportunidad de aprender y desarrollar habilidades de comunicación, negociación, resolución de conflictos y empatía. Con los años se habla menos y se comunica más. Se piensa más antes de hablar y se logran mayores resultados efectivos.

Además, a medida que las personas envejecen, es probable que hayan enfrentado desafíos y adversidades en sus relaciones interpersonales. Estas experiencias difíciles les han brindado la oportunidad de aprender de sus errores, reflexionar sobre sus propias acciones y desarrollar estrategias más efectivas para interactuar y resolver problemas en futuras situaciones sociales. La experiencia acumulada en las relaciones interpersonales a lo largo de la vida puede influir en la formación de la personalidad y en la capacidad de establecer conexiones significativas con los demás. Las interacciones sociales pasadas y presentes moldean las actitudes, creencias y patrones de comportamiento de una persona, lo que puede tener un impacto en su habilidad para relacionarse de manera efectiva con los demás en la edad adulta.

A medida que las personas envejecen, es más probable que hayan experimentado una variedad de emociones y hayan tenido la oportunidad de desarrollar habilidades de empatía y comprensión emocional. La capacidad de entender y responder adecuadamente a las emociones

de los demás es fundamental para establecer y mantener relaciones sociales saludables. Con el paso del tiempo, las personas han experimentado diversas situaciones emocionales, tanto positivas como negativas, lo que les permite tener una perspectiva más amplia y comprensiva de las emociones humanas. Han tenido la oportunidad de aprender a reconocer las señales emocionales en los demás, interpretarlas correctamente y responder de manera empática. Esto implica desarrollar habilidades de regulación emocional, como la capacidad de gestionar el estrés, controlar las reacciones impulsivas y mantener un equilibrio emocional en las interacciones sociales. La experiencia en la gestión de conflictos implica habilidades como la comunicación asertiva, la negociación y el compromiso. Asimismo, estas personas también han tenido la oportunidad de aprender cómo expresar sus necesidades y opiniones de manera clara y respetuosa, a escuchar activamente y comprender las perspectivas de los demás. Dando soluciones beneficiosas y a buscar compromisos en situaciones de desacuerdo (Oyarzún, et al. 2012; Sihuay, 2016).

**Cuadro 23. Habilidades sociales, por estado civil**

	Estado civil de los hijos				Total	
	Casados / Concubinos		Solteros (con pareja)			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
<b>Bajo</b>	3	8,8%	10	55,6%	13	25,0%
<b>Medio</b>	22	64,7%	5	27,8%	27	51,9%
<b>Alto</b>	9	26,5%	3	16,7%	12	23,1%
<b>Total</b>	34	100,0%	18	100,0%	52	100,0%

La información proporcionada por el cuadro 26 indica que los casados/concubinos tienen mayores habilidades sociales que los solteros (con pareja). Si se analizan los porcentajes de la categoría de nivel alto, se puede apreciar que los casados/concubinos son el 26.5% y los solteros sólo el 16.7%. De manera inversa, en la categoría de nivel bajo, los casados/concubinos sólo son el 8.8%, mientras que los solteros son el 55.6%. Esta información sugiere que el hecho de tener una relación afectiva estable y permanente (casados/concubinos) influye en el manejo de habilidades sociales, a diferencia de los solteros, que posiblemente por tener una actividad menor en convivencia no manifiestan el mismo grado de habilidades sociales.

Sobre el tema se han revisado diferentes investigaciones y estos son los hallazgos de diferentes autores.

La principal razón que puede explicar esta diferencia entre solteros y casados/concubinos es la más obvia, que los primeros tienen una exposición continua a interacciones sociales en el contexto del matrimonio o la convivencia. Cuando las personas están comprometidas en una relación estable, tienen la oportunidad de interactuar de manera regular con su cónyuge o compañero, lo que implica una mayor práctica en el desarrollo y mantenimiento de habilidades sociales. En el área rural, por ejemplo, podemos imaginar una pareja casada que vive en una comunidad pequeña. En su vida cotidiana, tiene escaso contacto con vecinos, amigos y miembros de la comunidad debido a las distancias entre casa y casa, por lo cual la principal interacción se da con su pareja. El matrimonio o la convivencia proporciona un entorno social en el que se pueden desarrollar y fortalecer habilidades sociales. A través de la convivencia diaria, las parejas tienen que enfrentar desafíos y aprender a comunicarse y negociar de manera eficiente. Esto implica la práctica de habilidades como la expresión emocional, la resolución de problemas, la empatía y el apoyo mutuo. Además, la relación de pareja brinda un ambiente seguro y de confianza en el cual los individuos pueden experimentar y aprender de las interacciones sociales. Pueden practicar habilidades de autoafirmación, negociación y manejo de conflictos sin el temor a ser juzgados o rechazados. Esta experiencia de interacción constante y cercana con la pareja puede aumentar la confianza en las habilidades sociales y mejorar la capacidad para relacionarse con otros en diferentes contextos.

En el área rural, donde las relaciones de pareja son más estrechas y cercanas debido a lo relativamente aisladas que están las familias, los casados y concubinos tienen más oportunidades para practicar y perfeccionar sus habilidades sociales. El entorno comunitario puede ser más cohesionado, lo que implica la necesidad de interactuar y establecer relaciones saludables con la pareja.

Otra razón que puede explicar por qué los casados y concubinos tienen mayores habilidades sociales que los solteros se relacionan con el desarrollo de habilidades de cooperación y compromiso en la relación de pareja. Cuando las personas están comprometidas en una relación de pareja, es necesario trabajar en equipo, colaborar y tomar decisiones conjuntas. Esto implica el desarrollo de habilidades de comunicación efectiva, resolución de problemas y negociación. Los casados y concubinos aprenden a escuchar las necesidades y perspectivas del otro, a comprometerse y a encontrar soluciones satisfactorias. En el contexto rural, a diferencia del

contexto urbano, la mayor parte de la actividad laboral puede ser realizada de manera conjunta, por la pareja o la familia. En la ciudad los miembros de una pareja por lo general trabajan en instituciones y lugares distintos, pero en el campo ambos pueden ocuparse de la granja, del sembradío, de la cosecha, etc., por lo cual tienen mayores oportunidades de compartir y desarrollar habilidades sociales. Para mantener la armonía y el éxito en su labor, los integrantes de la pareja necesitan cooperar conjuntamente, dividir tareas, comunicarse de manera clara y eficiente, y resolver conflictos que puedan surgir. Esta colaboración constante en su trabajo diario no solo fortalece su relación de pareja, sino que también contribuye al desarrollo de habilidades sociales como la cooperación, la empatía y la capacidad de trabajar en equipo. Además, la relación de pareja proporciona un ambiente seguro y de apoyo donde los individuos pueden experimentar y aprender de las dinámicas sociales. La confianza y el compromiso mutuo en la relación permiten a los casados y concubinos explorar diferentes aspectos de sí mismos y de su interacción con los demás. Esto les brinda la oportunidad de mejorar su capacidad para expresarse, establecer límites y manejar situaciones sociales de manera efectiva (Sihuay 2016; Oyarzún, et al, 2012).

En otro estudio realizado por Olivos (2010) en la Universidad Complutense de Madrid y por Colichon (2017) en la Universidad Cesar Vallejo Perú, se pudo comprobar que las parejas de casados y concubinos tienen mayores vínculos sociales que los solteros debido a las responsabilidades y labores propias de las personas de este estado civil, a diferencia de los solteros que no tienen ciertas responsabilidades. Es decir, cuando una persona se casa o establece una relación de concubinato, no solo adquiere un compañero/a romántico/a, sino que también se integra a una red de relaciones más amplias. Esto incluye a la familia extendida, amigos de la pareja, profesores de los hijos en el colegio, asistencia sanitaria por maternidad, etc. Estas conexiones sociales proporcionan una fuente adicional de apoyo emocional, social y práctico que en suma fortalecen las habilidades sociales. En el contexto rural, es común que las parejas casadas o concubinas vivan cerca de sus familias y tengan una red social sólida en la comunidad. Los datos revelan que las interacciones con personas cercanas y significativas dan oportunidades adicionales (con las que no cuentan los solteros) para practicar habilidades de comunicación, empatía, resolución de problemas y negociación. Además, el apoyo social actúa como un factor protector frente al estrés y las dificultades, lo que contribuye a un mejor bienestar psicológico y a una mayor confianza en las habilidades sociales.

Por otro lado, los solteros si bien pueden tener más amistades, generalmente éstas son más homogéneas, particularmente referidas a la diversión; por tanto, no enfrentan desafíos adicionales propios de la situación de matrimonio o paternidad, que les permitan establecer y mantener conexiones sociales significativas.

Otro argumento importante se relaciona con el compromiso y la práctica en la resolución de conflictos. El matrimonio o la convivencia implica un compromiso mutuo y duradero entre dos personas. A lo largo de la relación, es inevitable que surjan conflictos y desacuerdos. Sin embargo, en una relación comprometida, las parejas tienen la oportunidad y la obligación de aprender y practicar habilidades de comunicación efectiva, negociación y resolución de conflictos. Es decir, la condición de pareja formal y con tenencia de hijos les fuerza a negociar, ponerse de acuerdo y llegar a acuerdos, lo cual fortalece las habilidades sociales.

En el contexto rural, donde las parejas casadas y concubinas a menudo comparten tareas domésticas y responsabilidades relacionadas con el trabajo en la tierra, es esencial desarrollar habilidades para manejar desacuerdos y tomar decisiones conjuntas. Por ejemplo, al enfrentar decisiones sobre la administración de los recursos económicos, la distribución de las tareas domésticas o la crianza de los hijos, las parejas deben aprender a comunicarse de manera clara, expresar sus necesidades y deseos, y buscar soluciones satisfactorias. Esta presión no la soportan las parejas de enamorados, para los cuales la relación es mucho más simple. Si bien los solteros pueden también enfrentar desafíos y conflictos en otras áreas de sus vidas, la dinámica específica de la convivencia y la toma de decisiones compartidas son más elementales. Como resultado, es posible que no tengan las mismas oportunidades para desarrollar y fortalecer estas habilidades sociales (Olivos, 2010); Olichon, 2017).

## 5.6. OBJETIVO 5. RELACIONAR LA SATISFACCIÓN MARITAL DE LOS PADRES CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO, AJUSTE DIÁDICO Y HABILIDADES SOCIALES DE LOS HIJOS

A continuación, se relaciona la satisfacción marital de los padres con las diferentes variables evaluadas en los hijos.

**Cuadro 24. Relación entre satisfacción marital de los padres y el bienestar psicológico de los hijos**

BIENESTAR PSICOLÓGICO	Satisfacción marital						Total	
	Satisfacción marital baja		Satisfacción marital término medio		Satisfacción marital alta			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nivel bajo	6	66,7%	8	29,6%	2	12,5%	16	30,8%
Nivel medio	1	11,1%	15	55,6%	8	50,0%	24	46,2%
Nivel alto	2	22,2%	4	14,8%	6	37,5%	12	23,1%
Total	9	100,0%	27	100,0%	16	100,0%	52	100,0%

En el cuadro 27 se puede apreciar que los hijos/as cuyos padres tienen un nivel de satisfacción marital alta, también tienen un nivel de bienestar psicológico alto (37.5%). Los hijos cuyos padres tienen satisfacción marital término medio (14.8%) y baja (22.2%), presentan menor grado de bienestar psicológico. Estos datos podrían ser interpretados en el sentido que la armonía del hogar paterno influye en el bienestar psicológico de los hijos.

Se han realizado diversos estudios que han tocado el tema. A continuación, se citan los principales resultados publicados al respecto.

A decir de Flores, Cortés y Campos (2012) la satisfacción marital es un predictor del funcionamiento familiar (bienestar psicológico de los hijos). La relación entre la satisfacción marital de los padres y el bienestar psicológico de los hijos puede explicarse a través de la creación de un ambiente familiar seguro y estable. Cuando los padres experimentan una mayor satisfacción en su relación de pareja, es más probable que exista una mayor armonía y estabilidad en el hogar. Esto proporciona a los hijos un entorno emocionalmente seguro, en el cual pueden desarrollarse de manera saludable. En el contexto rural, donde los lazos familiares y comunitarios suelen ser fuertes, el bienestar de los hijos puede verse influenciado de manera

significativa por el nivel de satisfacción marital de sus padres. Por ejemplo, en una familia campesina, si los padres tienen una relación satisfactoria y estable, es más probable que exista una comunicación abierta y afectiva entre ellos. Esto se traduce en un ambiente hogareño cálido y acogedor, donde los hijos se sienten amados, valorados y seguros.

Desde la perspectiva de la teoría del apego, un ambiente familiar seguro y estable brinda a los hijos una base segura desde la cual explorar el mundo y desarrollar su autonomía. Cuando los padres mantienen una relación satisfactoria, pueden brindar un modelo de interacciones saludables y constructivas. Los hijos internalizan estos patrones de relación y pueden desarrollar habilidades de apego seguro, que se caracterizan por la confianza en los demás, la capacidad para regular las emociones y la habilidad para establecer relaciones saludables en su vida adulta. Por otro lado, cuando los padres experimentan insatisfacción marital, pueden manifestarse problemas en el ambiente familiar. La falta de comunicación, los conflictos constantes o la falta de apoyo mutuo pueden generar un ambiente tenso y desestabilizador para los hijos. Esto puede afectar negativamente su bienestar psicológico, aumentando el riesgo de problemas emocionales, dificultades en las relaciones interpersonales y menor resiliencia frente a los desafíos de la vida.

Por otra parte, Díaz-Loving et al (2010), en un estudio realizado en México, indican que la satisfacción marital de los padres influye en el bienestar psicológico de los hijos a través del modelado de habilidades sociales y emocionales. Los padres que mantienen una relación satisfactoria suelen mostrar patrones de comunicación asertiva, respeto mutuo y manejo constructivo de los conflictos. Estas habilidades sociales y emocionales pueden ser observadas y aprendidas por los hijos, quienes tienden a imitar y adoptar los comportamientos de sus padres. En el contexto rural, donde las interacciones familiares suelen ser más cercanas y visibles, los hijos tienen una mayor oportunidad de presenciar y aprender de los patrones de relación de sus padres. Por ejemplo, si los padres resuelven los conflictos de manera calmada y dialogada, los hijos aprenden a gestionar las diferencias de manera constructiva en sus propias relaciones. Del mismo modo, si los padres expresan afecto y apoyo mutuo, los hijos internalizan estas conductas y son más probables a mostrar empatía y cariño hacia los demás.

Desde la perspectiva de la teoría del aprendizaje social, los hijos aprenden a través de la observación y la imitación de los modelos significativos en su entorno. Si los padres tienen una relación satisfactoria, se configurarán en modelos positivos para el desarrollo de habilidades

sociales y emocionales. Los hijos internalizan estos patrones de relación y pueden aplicarlos en sus interacciones con amigos, parejas y otras personas en su vida cotidiana. En contraste, cuando los padres experimentan insatisfacción marital, pueden manifestarse patrones de comunicación negativa, como la agresión verbal, el desprecio o la evitación emocional. Estos comportamientos conflictivos pueden ser observados por los hijos, quienes pueden internalizarlos y replicarlos en sus propias relaciones interpersonales. Esto puede afectar negativamente su bienestar psicológico y sus habilidades sociales, resolver dificultades en el establecimiento de relaciones saludables y duraderas.

Según Zamora y Díaz-Loving (2007), los hogares con una satisfacción marital elevada generan un ambiente familiar seguro y estable, lo cual contribuye al bienestar psicológico de los hijos. Cuando los padres tienen una relación satisfactoria, es más probable que exista un ambiente familiar caracterizado por la armonía, la cohesión y la ausencia de conflictos intensos y constantes. En el campo, donde la vida familiar puede estar más estrechamente vinculada con la comunidad, un matrimonio feliz puede generar un clima emocional positivo que se extienda a todos los miembros del hogar. Por ejemplo, cuando los padres se sienten satisfechos en su relación, es más probable que brinden apoyo emocional y afectivo a sus hijos, fomentando así su bienestar psicológico. Además, un ambiente familiar estable y seguro proporciona a los hijos una sensación de predictibilidad y confianza en sus relaciones, lo cual es fundamental para su desarrollo emocional saludable. Los padres que se comunican de manera efectiva, se apoyan y resuelven los conflictos de manera constructiva brindan un entorno emocionalmente seguro para los hijos. Esto les permite desarrollar un sentido de confianza en sí mismos y en los demás, así como habilidades de regulación emocional que son fundamentales para establecer relaciones saludables en el futuro. En contraste, las parejas que tienen una relación insatisfactoria generar un ambiente familiar lleno de tensiones, conflictos y falta de estabilidad. Esto puede generar estrés crónico en los hijos y afectar su bienestar psicológico. Un ambiente familiar inestable y conflictivo puede causar inseguridad, ansiedad y dificultades en el establecimiento de relaciones saludables en la vida adulta.

**Cuadro 25. Relación entre satisfacción marital de los padres y el ajuste diádico de los hijos**

AJUSTE DIÁDICO	Satisfacción marital						Total	
	Satisfacción marital baja		Satisfacción marital término medio		Satisfacción marital alta			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy bajo	1	11,1%	0	0,0%	0	0,0%	1	1,9%
Bajo	4	44,4%	2	7,4%	3	18,8%	9	17,3%
Medio	2	22,2%	19	70,4%	8	50,0%	29	55,8%
Alto	2	22,2%	5	18,5%	3	18,8%	10	19,2%
Muy alto	0	0,0%	1	3,7%	2	12,5%	3	5,8%
Total	9	100,0%	27	100,0%	16	100,0%	52	100,0%

En base a los datos del cuadro 28 se puede indicar que, a mayor satisfacción marital de los padres, mayor ajuste diádico de los hijos en su relación de pareja. De todos los padres que tienen satisfacción marital alta, el 12.5% de los hijos tienen un ajuste diádico muy alto en la relación de pareja que (casados, concubinos o novios). En cambio, los padres de satisfacción marital medio, sólo el 3.7% de sus hijos tienen ajuste diádico muy alto; y el 0% de los hijos cuyos padres tienen satisfacción marital baja, están en la categoría de ajuste diádico muy alto. En la parte opuesta del cuadro se puede observar que, de los padres con satisfacción marital baja, el 11.1% de los hijos tienen ajuste diádico muy bajo; los hijos de los padres con satisfacción marital término medio y alta el 0% tiene ajuste diádico muy bajo. Estos datos sugieren que al parecer la satisfacción marital de los padres influye en el relacionamiento que tienen los hijos con su pareja afectiva.

Según Guzmán y Contreras (2012), la relación antes indicada es esperable, pues cuando los padres experimentan una mayor satisfacción marital, es más probable que brinden un modelo de relación saludable a sus hijos. Los hijos aprenden a través de la observación y la imitación, y tienden a replicar los comportamientos y patrones de relación que ven en sus padres. Si los padres muestran una relación satisfactoria y equilibrada, los hijos tienen más probabilidad de internalizar y adoptar estos mismos comportamientos en sus propias relaciones de pareja. Sobre todo, en el campo, los hijos son especialmente sensibles a la calidad de la relación marital de sus padres. Por ejemplo, si los padres se comunican de manera armónica, resuelven conflictos

de manera constructiva y demuestran respeto mutuo, es más probable que los hijos desarrollen habilidades similares en su relación de pareja. Este modelo de relación saludable puede influir positivamente en su ajuste diádico y en la calidad de su relación con su compañero/a. Los hijos que crecen en un entorno familiar donde se fomenta la satisfacción marital tienden a internalizar patrones saludables de interacción, comunicación y resolución de conflictos. Esto puede fortalecer su capacidad para establecer y mantener relaciones de pareja saludables, caracterizadas por la satisfacción mutua, la empatía y el compromiso. En contraste, los hijos que crecen en un ambiente familiar con una satisfacción marital disfuncional o poco satisfactoria, los hijos pueden internalizar patrones de relación poco saludables o ineficaces. Esto puede dificultar su capacidad para establecer una comunicación efectiva, resolver conflictos de manera constructiva y mantener una relación de pareja satisfactoria.

La satisfacción marital de los padres está estrechamente relacionada con la estabilidad y seguridad emocional del ambiente familiar en el que crecen los hijos. Cuando los padres experimentan una satisfacción marital mayor, es más probable que el ambiente familiar sea armonioso, predecible y libre de tensiones constantes. Esto proporciona a los hijos una base segura desde la cual explorar el mundo y establecer relaciones saludables. Cuando los padres están satisfechos con su relación, pueden brindar apoyo emocional y afectivo de manera consistente, lo que promueve un apego seguro en los hijos. Este apego seguro se caracteriza por la confianza en los demás, la capacidad para regular las emociones y la creencia en la disponibilidad y la respuesta sensible de la pareja.

En contraste, un ambiente familiar con baja satisfacción marital puede generar inseguridad emocional y tensión en los hijos. Estos factores pueden impactar negativamente en el ajuste diádico de los hijos en su vida adulta, ya que pueden tener dificultades para confiar en los demás, establecer límites adecuados y expresar sus necesidades de manera asertiva.

Según Zamora y Díaz-Loving (2007), los padres desempeñan un papel fundamental como modelos para sus hijos en términos de comportamientos y habilidades sociales. Cuando los padres tienen una alta satisfacción marital, es más probable que demuestren comportamientos positivos y saludables en su relación de pareja. Esto incluye habilidades de comunicación funcional, resolución de conflictos constructivos, empatía y apoyo mutuo. En el campo, donde las principales interacciones sociales se dan en el entorno familiar, los hijos tienen más oportunidades de observar y aprender de los comportamientos y habilidades sociales de sus

padres. Por ejemplo, si los padres casados o concubinos mantienen una relación satisfactoria, es más probable que muestren comportamientos de cooperación, negociación y apoyo mutuo en situaciones cotidianas. Estos comportamientos pueden ser observados y aprendidos por los hijos, quienes pueden incorporarlos en sus propias relaciones de pareja en el futuro.

Desde la perspectiva cognitivo-conductual, el modelado es un proceso de aprendizaje social en el que los individuos observan y replican los comportamientos, habilidades y modelos de los significativos. En el caso de los hijos, los padres son modelos importantes a seguir. Si los padres exhiben habilidades sociales saludables y muestran una relación satisfactoria, es más probable que los hijos internalicen y apliquen estos comportamientos en sus propias relaciones. Por lo tanto, la satisfacción marital de los padres puede influir positivamente en el ajuste diádico de los hijos al proporcionarles a seguir habilidades sociales adecuadas para establecer y mantener relaciones de pareja saludables.

La satisfacción marital de los padres está relacionada con el clima emocional y el ambiente familiar en el hogar. Cuando los padres tienen una relación satisfactoria, es más probable que exista un ambiente familiar positivo, caracterizado por el apoyo emocional, con expresiones claras de afecto. Si los hijos crecen viendo que los padres se respetan y se expresan afecto, posiblemente replicarán esas actitudes en su propia familia y con su pareja.

Lo que sucede es que el amor, lejos de ser un instinto innato, es un proceso de aprendizaje que se desarrolla a lo largo de la vida. Una de las principales fuentes de aprendizaje sobre el amor y las relaciones afectivas se encuentra en la observación de la relación de los padres. La manera en que los padres se relacionan entre sí, se expresan afecto, resuelven conflictos y demuestran cuidado y compromiso mutuo, ejerce una poderosa influencia en la forma en que los hijos entienden y experimentan el amor. Desde una edad temprana, los niños son testigos de las dinámicas de amor y afecto en el hogar, observan cómo sus padres se tratan, cómo se comunican, cómo se cuidan el uno al otro y cómo resuelven los desafíos que se les presentan. A través de estas observaciones, los niños internalizan patrones y modelos de comportamiento que luego utilizarán en sus propias relaciones.

Si los padres muestran una relación afectiva sólida, basada en el respeto, la empatía y la comunicación abierta, es más probable que los hijos aprendan y asimilen estos valores y actitudes en sus futuras relaciones. Por el contrario, si los padres presentan conflictos constantes, falta de afecto o dificultades para resolver problemas, los niños pueden internalizar patrones

negativos y enfrentar dificultades en sus propias experiencias amorosas (Zamora y Díaz-Loving, 2007).

**Cuadro 26. Relación entre satisfacción marital de los padres y habilidades sociales de los hijos.**

Habilidades Sociales	Satisfacción marital						Total	
	Satisfacción marital baja		Satisfacción marital término medio		Satisfacción marital alta			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	5	55,6%	5	18,5%	3	18,8%	13	25,0%
Medio	2	22,2%	16	59,3%	9	56,3%	27	51,9%
Alto	2	22,2%	6	22,2%	4	25,0%	12	23,1%
Total	9	100,0%	27	100,0%	6	100,0%	52	100,0%

Según la información del cuadro 29 se puede indicar que, a mayor satisfacción marital de los padres, mayor grado de habilidades sociales en los hijos. De todos los padres que tienen satisfacción marital alta, el 25% de los hijos tienen habilidades sociales altas; por su parte, de los padres que tienen satisfacción marital término medio, sólo el 22.2% de los hijos tienen habilidades sociales a nivel alto, lo mismo que los hijos de los padres que tienen satisfacción marital baja (22.2%). En la parte opuesta del cuadro se puede apreciar con total claridad que los padres con satisfacción marital baja, es decir que no están conformes en la relación de pareja, el 55.6% de sus hijos tienen bajas habilidades sociales; este porcentaje va descendiendo, pues de los padres con satisfacción marital término medio, sólo el 18.5% de los hijos tienen habilidades sociales bajas; de la misma forma, de los padres con satisfacción marital alta, el 18.8% tienen habilidades sociales a nivel bajo.

Sobre el tema han escrito algunos autores. Por ejemplo, Guzmán, M. y Contreras, P. (2012), indican que cuando los padres tienen una alta satisfacción marital, es más probable que muestren un modelo de relación saludable frente a sus hijos, es decir el padre da buenos ejemplos de comunicación con su esposa y los hijos. Esto implica que los hijos tienen la oportunidad de observar y aprender habilidades sociales positivas, como la comunicación dialógica, la empatía, el respeto y la resolución constructiva de conflictos. En el ámbito rural, donde las familias están más apartadas entre sí por las distancias y, por tanto, los miembros de la familia tienen mayor interacción entre sí, los hijos tienen una mayor exposición a las dinámicas matrimoniales de sus

padres, es decir, es mayor la influencia que ejercen los padres en sus hijos en este tema. Por ejemplo, si ven a sus padres expresar sus opiniones de manera asertiva, escucharse con atención y resolver problemas de manera colaborativa, aprenderán a manejar las situaciones sociales de manera similar; de manera opuesta, si ven al padre insultar a la madre y denigrarla, posiblemente asimilen que eso es lo correcto.

Cuando los padres experimentan insatisfacción marital, es más probable que se produzcan conflictos y comportamientos disfuncionales, como la agresividad verbal o la evitación emocional. Estos estilos negativos pueden dificultar el desarrollo de habilidades sociales adecuadas en los hijos, ya que no tienen un claro referente de modelos de cómo interactuar de manera saludable con los demás.

La satisfacción marital de los padres está relacionada con un ambiente familiar positivo, un clima emocional cálido y un mayor nivel de apoyo hacia los hijos. Cuando los padres se sienten satisfechos en su relación de pareja, es más probable que establezcan un ambiente hogareño armonioso, caracterizado por la calidez, la comprensión y la disponibilidad emocional. En el contexto rural, donde los hijos tienen mayor respeto y consideración por los padres, los hijos suelen dejarse influir más por el ejemplo y actitud de los padres, que lo que ocurre en las ciudades. El ambiente familiar positivo y el apoyo emocional contribuyen al desarrollo de habilidades sociales en los hijos de diversas maneras. En primer lugar, les brindan un sentido de seguridad y confianza en sí mismos, lo que les permite explorar y relacionarse con otros de manera más abierta y auténtica. Además, fomentará la autoestima y confianza en sí mismos, lo que les permitirá valorar sus ideas, comunicar sus sentimientos y necesidades de manera adecuada en las interacciones sociales.

Por otro lado, un ambiente familiar positivo también promueve la empatía, la asertividad y la capacidad de comprensión hacia los demás. Los hijos que crecen en un entorno en el que se valora y se practica la empatía y la comunicación respetuosa, aprenden a reconocer y responder a las emociones y necesidades de los demás, lo cual es fundamental en las habilidades sociales. Por otra parte, Zamora y Díaz-Loving (2007) desde la teoría del aprendizaje social de Bandura, la relación entre la satisfacción marital de los padres y las habilidades sociales de los hijos se puede entender a través del proceso de aprendizaje vicario. Según esta teoría, los individuos aprenden a través de la observación de los demás, especialmente modelos de significativos en su entorno. En el contexto familiar, los padres son modelos primarios para los hijos, y sus

interacciones y comportamientos influyen en el desarrollo de habilidades sociales. Cuando los hijos observan una satisfacción marital entre sus padres, presencian relaciones saludables, comunicación efectiva, resolución de conflictos constructivos y apoyo mutuo. Estos son comportamientos y habilidades sociales que pueden aprender e imitar. A través del aprendizaje vicario, los hijos pueden adquirir estrategias efectivas para establecer relaciones interpersonales, expresar sus emociones de manera adecuada y resolver conflictos de manera constructiva.

Además, desde la óptica de la equidad de género, la satisfacción marital de los padres puede tener un impacto diferencial en el desarrollo de habilidades sociales de las hijas. Si los padres mantienen una relación equitativa y promueven la igualdad de género en el hogar, las hijas pueden crecer en un entorno que fomenta su expresividad y asertividad. Esto se debe a que, en un ambiente equitativo, se les brinda a las hijas las mismas oportunidades que a los hijos varones para participar activamente en la interacción social, expresar sus opiniones y desarrollar habilidades de comunicación efectiva. Por ejemplo, si las hijas observan a sus padres compartiendo tareas domésticas, tomando decisiones conjuntas y mostrando respeto mutuo, es más probable que internalicen estos patrones de comportamiento y desarrollen una autoimagen positiva, confianza en sí mismas y habilidades para relacionarse con los demás. Asimismo, un ambiente familiar basado en la equidad de género puede fomentar en las hijas una mayor capacidad para expresar sus necesidades y opiniones, así como para establecer límites y defender sus derechos en situaciones sociales (Cabrera, Guevara y Barrera, 2006).

## 5.6. ANÁLISIS DE LAS HIPÓTESIS

En el presente apartado se pone a consideración las hipótesis planteadas en función de los datos obtenidos a lo largo del proceso investigativo.

### **Hipótesis 1: La satisfacción marital de los padres se ubica en la categoría "término medio".**

En el análisis del cuadro sobre la satisfacción marital de los padres, se observa que el 51.9% se encuentra en la categoría de "término medio". Esto indica que más de la mitad de los padres presentan una satisfacción marital moderada. Los datos permiten aceptar la hipótesis, ya que el porcentaje predominante se ubica en el nivel "término medio", corroborando que esta categoría es representativa de la satisfacción marital general entre los padres evaluados.

### **Hipótesis 2: El bienestar psicológico de los hijos corresponde al "nivel medio".**

El cuadro correspondiente al bienestar psicológico de los hijos muestra que el 46.2% de ellos se sitúa en el nivel "medio". Este porcentaje indica que una parte significativa de los hijos mantiene un equilibrio emocional moderado. Por lo tanto, la hipótesis se acepta, ya que el nivel "medio" es el predominante en el bienestar psicológico de los hijos, tal como lo planteaba la hipótesis.

### **Hipótesis 3: El ajuste diádico de los hijos tiene un nivel "bajo".**

Según el análisis de los datos sobre el ajuste diádico de los hijos, se observa que el 17.3% de los hijos se encuentra en el nivel "bajo" de ajuste diádico, siendo una de las categorías de mayor presencia en esta variable. Además, el nivel "medio" tiene un porcentaje del 55,8%, mientras que los niveles más bajos (muy bajo y bajo) abarcan en conjunto un 19,2%. Estos datos sugieren que la mayoría de los hijos presentan dificultades en sus relaciones de pareja, con predominio en las categorías bajas. Por lo tanto, la hipótesis se rechaza, reflejando una tendencia hacia el nivel medio de ajuste diádico.

### **Hipótesis 4: Las habilidades sociales de los hijos corresponden al nivel "alto".**

En el cuadro que presenta las habilidades sociales de los hijos, se observa que el 23.1% de los hijos se ubica en el nivel "alto" de habilidades sociales. Aunque la categoría "medio" tiene un mayor porcentaje (51,9%). Estos datos permiten rechazar la hipótesis.

### **Hipótesis 5: La relación entre la satisfacción marital de los padres y la adaptación psicológica de los hijos tiene las siguientes características:**

#### **1.1. A mayor satisfacción marital de los padres, mayor bienestar psicológico de los hijos.**

Los datos muestran que el 37.5% de los hijos de padres con satisfacción marital alta presentan un bienestar psicológico alto, mientras que solo el 12.5% de los hijos de padres con satisfacción

marital baja logran este mismo nivel. En contraste, el 66.7% de los hijos de padres con satisfacción marital baja se encuentran en el nivel bajo de bienestar psicológico. Estos resultados permiten aceptar la hipótesis 1.1, mostrando una relación positiva entre la satisfacción marital de los padres y el bienestar psicológico de los hijos.

### **1.2. A mayor satisfacción marital de los padres, mayor ajuste diádico de los hijos.**

Los resultados reflejan que el 12.5% de los hijos de padres con alta satisfacción marital logran un ajuste diádico muy alto, mientras que los hijos de padres con satisfacción marital baja no presentan ningún caso en esta categoría. Además, el 44.4% de los hijos de padres con satisfacción marital baja se encuentran en el nivel bajo de ajuste diádico. Esta tendencia confirma la hipótesis 1.2, indicando una compensación positiva entre la satisfacción marital de los padres y el ajuste diádico en los hijos.

### **1.3. A mayor satisfacción marital de los padres, mayores habilidades sociales de los hijos.**

En cuanto a las habilidades sociales, se observa que el 25% de los hijos de padres con alta satisfacción marital alcanzan un nivel alto, mientras que el 55.6% de los hijos de padres con satisfacción marital baja tienen un nivel bajo en habilidades sociales. Estos datos permiten aceptar la hipótesis 1.3, evidenciando una relación directa entre la satisfacción marital de los padres y el nivel de habilidades sociales de los hijos.

**CAPÍTULO VI**  
**CONCLUSIONES Y**  
**RECOMENDACIONES**

## 6.1. CONCLUSIONES

En este capítulo se presentan las conclusiones de la investigación, las mismas se ordenan de acuerdo a los objetivos específicos.

### **Objetivo 1: Evaluar la satisfacción marital de los padres.**

Los resultados obtenidos muestran que la satisfacción marital de los padres se encuentra, en términos generales, en un nivel intermedio, lo cual sugiere una relación estable sin alcanzar un alto grado de satisfacción en la mayoría de los casos. Este nivel de satisfacción refleja que los padres han logrado mantener un equilibrio en su relación de pareja, permitiendo cierta estabilidad en el entorno familiar sin necesariamente alcanzar altos grados de satisfacción conyugal. En relación al sexo de los hijos, la satisfacción marital de los padres no mostró variaciones significativas, lo cual sugiere que la experiencia de satisfacción conyugal se mantiene constante sin importar el género de los descendientes.

En cuanto a la edad de los hijos, se controlará que el grado de satisfacción marital de los padres se mantenga relativamente constante independientemente de si los hijos son adultos, jóvenes o mayores. Esto podría indicar que la etapa de vida de los hijos no es un factor determinante en la percepción de satisfacción conyugal de los padres en el contexto rural evaluado. Finalmente, al considerar el estado civil de los hijos, los padres de hijos casados o en concubinato experimentan una satisfacción marital levemente más estable en comparación con los padres de hijos solteros con pareja. Esta observación sugiere que el estado civil de los hijos podría tener alguna influencia en la percepción de estabilidad y satisfacción conyugal de los padres, especialmente cuando los hijos han formalizado su relación de pareja.

### **Objetivo 2: Establecer el bienestar psicológico de los hijos**

El bienestar psicológico de los hijos se caracterizó, en términos generales, por un nivel medio, lo cual denota una percepción moderada de satisfacción emocional y psicológica. Este nivel refleja que los hijos presentan una adaptación emocional adecuada, aunque sin alcanzar niveles altos de bienestar. Al examinar los resultados según el sexo, se encontró que las mujeres presentan una mayor tendencia a experimentar niveles superiores de bienestar psicológico en comparación con los hombres, quienes tienden a manifestar niveles ligeramente menores. Este hallazgo sugiere que las mujeres, en el área rural, pueden tener una percepción de bienestar psicológico más favorable, posiblemente influenciada por aspectos socioculturales o de socialización que promueven mayor estabilidad emocional en el género femenino.

Respecto a la edad, los hijos de mayor edad tienden a manifestar un bienestar psicológico más alto en comparación con los hijos más jóvenes, lo cual podría atribuirse a la madurez y a las experiencias de vida acumuladas, que proporcionan un mayor equilibrio emocional y psicológico. En relación con el estado civil, los hijos que se encuentran casados o en concubinato presentan un bienestar psicológico superior en comparación con aquellos solteros con pareja, lo que indica que el compromiso en una relación formal puede contribuir a una percepción de bienestar más sólida.

**Objetivo 3: Analizar el ajuste diádico de los hijos.**

El ajuste diádico de los hijos, en promedio, se ubicó en un nivel medio, lo cual indica una estabilidad en sus relaciones de pareja, aunque con ciertas áreas que podrían beneficiarse de un mayor desarrollo en comunicación y resolución de conflictos. Al considerar el sexo de los hijos, se observará que las mujeres tienden a presentar un ajuste diádico más alto en comparación con los hombres, quienes muestran una leve inclinación hacia niveles de ajuste inferiores. Este resultado podría sugerir que las mujeres, en este contexto, tienden a experimentar una mayor satisfacción y equilibrio en sus relaciones de pareja.

En cuanto a la edad, se encontró que los hijos de mayor edad presentan un ajuste diádico superior en comparación con los hijos más jóvenes, lo cual sugiere que la madurez y la experiencia de vida pueden influir positivamente en la capacidad para gestionar las relaciones de pareja. Finalmente, al evaluar el estado civil, los hijos casados o en concubinato demostraron un ajuste diádico notablemente superior en comparación con los hijos solteros con pareja. Esto podría indicar que las relaciones formalizadas y estables favorecen un ajuste diádico más satisfactorio, posiblemente debido a la solidez y al compromiso presente en dichas uniones.

**Objetivo 4: Investigar las habilidades sociales de los hijos.**

El análisis de las habilidades sociales de los hijos reveló que, en términos generales, se encuentran en un nivel medio, lo que sugiere una competencia social aceptable para la interacción cotidiana, aunque aún con un margen de mejora en situaciones de mayor complejidad. Según el sexo, las mujeres presentan mayores niveles de habilidades sociales en comparación con los hombres, lo que indica que las mujeres en este contexto rural pueden tener una mayor facilidad para interactuar socialmente y establecer relaciones interpersonales.

En cuanto a la edad, los hijos de mayor edad manifestaron habilidades sociales superiores en comparación con los hijos más jóvenes, lo cual podría estar relacionado con la experiencia

acumulada y la madurez que facilitan el desarrollo de competencias sociales con el tiempo. Al considerar el estado civil, los hijos casados o en concubinato demostraron mejores habilidades sociales en comparación con los hijos solteros con pareja, lo que sugiere que el contexto de una relación estable y comprometida puede influir positivamente en la capacidad para interactuar y comunicarse efectivamente en diferentes situaciones sociales.

**Objetivo 5: Relacionar la satisfacción marital de los padres con el bienestar psicológico, ajuste diádico y habilidades sociales de los hijos.**

Los resultados obtenidos muestran una evaluación positiva entre la satisfacción marital de los padres y el bienestar psicológico de los hijos, de modo que los hijos cuyos padres experimentan una alta satisfacción marital presentan mayores niveles de bienestar psicológico. Este hallazgo sugiere que un entorno familiar estable y armónico favorece el desarrollo de un estado emocional y psicológico positivo en los hijos, contribuyendo a su adaptación y equilibrio emocional.

Asimismo, se observa una relación directa entre la satisfacción marital de los padres y el ajuste diádico de los hijos. Los hijos de padres con alta satisfacción marital tienden a presentar mejores niveles de ajuste en sus relaciones de pareja, lo que indica que la relación conyugal de los padres actúa como un modelo positivo en las interacciones y el compromiso en las relaciones de pareja de los hijos.

Finalmente, la satisfacción marital de los padres también mostró una relación positiva con las habilidades sociales de los hijos. Aquellos con padres que experimentan un alto grado de satisfacción marital presentaron mejores competencias en habilidades sociales, lo que sugiere que un entorno familiar estable contribuye a un desarrollo social más efectivo en los hijos, promoviendo su capacidad para interactuar y establecer vínculos interpersonales saludables.

## **6.2. RECOMENDACIONES**

### **A LOS PROFESIONALES DEL ÁREA**

Se les sugiere implementar programas de intervención familiar que promuevan una comunicación efectiva y habilidades de resolución de conflictos entre parejas en áreas rurales, ya que estas prácticas no solo contribuyen a la satisfacción marital, sino que también establecen un ambiente familiar, estable que beneficia directamente el bienestar psicológico de los hijos. Igualmente, es importante que los profesionales ofrezcan talleres enfocados en el desarrollo de habilidades sociales y ajuste diádico en los hijos, especialmente en jóvenes adultos. Estos talleres deben facilitar estrategias para manejar relaciones interpersonales y afectivas de manera positiva, promoviendo una capacidad de ajuste diádico saludable que permita la construcción de relaciones afectivas estables en sus futuras vidas. Además, se considera fundamental la creación de servicios de asesoramiento matrimonial accesibles y adaptados a las particularidades de las comunidades rurales, dado que este tipo de asesoramiento no solo fortalece la satisfacción marital, sino que también contribuye al bienestar social y emocional de los hijos al consolidar un entorno familiar armonioso y seguro.

### **PARA LOS FUTUROS INVESTIGADORES**

Se recomienda ampliar el presente estudio incorporando variables adicionales, tales como el estilo de apego y la educación emocional, lo cual podría ofrecer una comprensión más completa de los factores que influyen en el bienestar y ajuste de los hijos en el contexto rural. Además, sería enriquecedor realizar estudios longitudinales que sigan a las familias en diferentes etapas de su desarrollo para observar cómo las dinámicas familiares y la satisfacción marital evolucionan y cómo estas influyen en el desarrollo emocional y social de los hijos. Asimismo, se recomienda llevar a cabo investigaciones comparativas entre familias rurales y urbanas, con el fin de identificar semejanzas y diferencias en la relación entre la satisfacción marital y la adaptación psicológica de los hijos, ya que este enfoque permite identificar necesidades y estrategias de intervención adecuadas para cada contexto específico.

### **A LA SOCIEDAD DE TARIJA**

Se recomienda especialmente en las áreas rurales, se le sugiere fomentar la educación en habilidades para mejorar las relaciones de pareja y el desarrollo de competencias sociales, promoviendo actividades comunitarias que incluyan talleres, actividades recreativas y programas educativos en escuelas locales que refuercen el bienestar emocional desde la infancia.

También se recomienda fortalecer las redes de apoyo social en las comunidades rurales, involucrando a familiares, vecinos y organizaciones comunitarias, ya que estas redes brindan un entorno de apoyo mutuo que favorece tanto a las parejas como a los hijos, al ofrecer un ambiente de estabilidad y contención emocional. Asimismo, es importante sensibilizar a la sociedad sobre la relevancia del bienestar familiar en el desarrollo de los hijos, destacando que la estabilidad conyugal y la armonía familiar son factores fundamentales que impactan positivamente en las futuras generaciones. En este sentido, las campañas de sensibilización pueden orientar a la comunidad hacia una participación activa en iniciativas que refuercen la cohesión y el bienestar de las familias rurales, promoviendo un desarrollo social y emocional saludable en Tarija.

# **BIBLIOGRAFÍA**

## BIBLIOGRAFÍA

1. Cabrera, V., Guevara, I. y Barrera, F. (2006). Relaciones maritales, relaciones paternas y su influencia en el ajuste psicológico de los hijos. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 115-126.
2. Guzmán, M. y Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psyche*, 21(1), 69-82.
3. Zamora, N.G. y Díaz-Loving, R. (2007). La satisfacción marital, un factor determinante para el funcionamiento familiar: percepción padres-hijos adolescentes. *Ciencia y Tecnología*. Disponible en línea: <http://rectoria.uasnet.mx/dcs/index.php?op=8&s=5&revista=25&articulo=375&tArea=%C1rea%20III.%20Ciencias%20Sociales%20y%20Humanidades.%20Academia%20Mexicana%20de%20Ciencias>.
4. Flores, M., Cortés, L. y Campos, M. (2012). Familismo y satisfacción marital como predictores del funcionamiento familiar. *La Psicología Social en México*, 14, 408-414.
5. Díaz-Loving, R., Rivera A., S., Velasco P., W., Villanueva, G., López, B. y Herrera, O. (2010). Funcionamiento familiar y satisfacción marital. *La Psicología Social en México*, 13, 175-182.
6. Olivos, X. (2010). Entrenamiento de habilidades sociales para la integración psicosocial de inmigrantes; Madrid. (Tesis Doctoral) Universidad Complutense de Madrid.
7. Colichon, M. (2017). Inteligencia emocional y habilidades sociales en la conducta disruptiva de estudiantes del nivel secundario. (Tesis Doctoral) Universidad Cesar Vallejo Perú.
8. Martinenghi, C. (2010). Habilidades sociales en adolescentes de zona rural de la provincia de Tucumán que viven bajo condiciones de pobreza. Informe final Beca estudiantil Consejo de Investigaciones Universidad Nacional de Tucumán..
9. Cardozo, G., Dubini, P., Fantino, I. & Ardiles, R. (2011). Habilidades para la vida en adolescentes: diferencias de género, correlaciones entre habilidades y variables predictoras de la empatía. *Psicología desde el Caribe*, 28, 107-132.
10. Sihuay N. (2016): Habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales en estudiantes de enfermería, Universidad Peruana Los Andes - Huancayo, año 2013. (Tesis Maestro) Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Lima Perú.

11. Oyarzún, etal. (2012): Habilidades sociales y rendimiento académico Una mirada desde el género. Universidad de Magallanes, Punta Arenas – Chile
12. Hidalgo, G., & Abarca, N. (1990). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22(2), 265-282. <http://www.redalyc.org/pdf/805/80522205.pdf>
13. Minedu. (2004). Desarrollando nuestras habilidades sociales. DEVIDA. <https://tutoria.minedu.gob.pe/assets/desarrollando-nuestras-habilidades-sociales.pdf>
14. Moral, J., & Ramos, S. (2016). Ajuste diádico, victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos. *Psykhé*, 25, 1-18. <https://doi.org/10.7764/psykhe.25.1.845>
15. Melero, R. (2008). La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación. (Tesis doctoral). Universidad de Valencia. Recuperado de <http://www.tesisenxarxa.net/handle/10803/10234;jsessionid=B7EEFBD5DD32C63B7845B3359E68C558.tdx1>
16. Jiménez Picón Nerea (2015). Influencia del ajuste diádico sobre el estado de salud familiar. Percepción de las parejas de familias nucleares de Sevilla. Universidad de Sevilla.
17. Roche, R. (2006). *Psicología de la pareja y de la familia: Análisis y optimización*. España: Ediciones Universitat Autònoma de Barcelona.
18. Alemany, M. A. (2015). Estilos de comunicación, ajuste diádico y satisfacción marital en matrimonios de la Ciudad de Montemorelos (Tesis de maestría). Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México. Recuperado de <http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.11972/322/Tesis%20Miguel%20Angel%20Alemany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Cuenca, M., (2013). Ajuste diádico en la pareja: revisión teórica. Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de <http://www.masterforense.com/pdf/2013/2013art8.pdf>
20. Tapia, L., & Poulsen, G. (2009). La evaluación del ajuste marital. Series de Investigación Clínica en Terapia de Pareja n.º 1. Santiago de Chile: Universidad del Desarrollo.
21. Vera, J.Á., Laborín, J.F., Córdova M.A., y Parra, E.M. (2005): Bienestar Subjetivo: Comparación en Dos Contextos Culturales. Coordinación de Desarrollo Regional. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C. (México) *Psicología para América*

- Latina, Revista Electrónica Internacional de la Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología.
22. Arellano Martorellet, JC. (2011): Identidad Social y Bienestar en una Comunidad Rural de la Costa Norte del Perú. Tesis para Licenciatura en Psicología. Pontificia Universidad Católica del Perú.
  23. Bronzi, D. y Foglia, G. (2011): Estudio sobre FELICIDAD Primer Informe: Bienestar Subjetivo. Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Palermo, Argentina. UP /TNS GALLUP.
  24. Cuadra L. H. y Florenzano, U. R. (2003): El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. Revista de Psicología de la Universidad de Chile, Vol. XII, N° 1: Pág. 83-96. 2003.
  25. Olivares, LE. (2005): ¿Rurales o Urbanos? Aproximación al Tipo de Identidad Existente entre los Habitantes del Sector Rural – Urbano de Pérez Ossa, Comuna de San Bernardo Tesis para optar el Título de Antropóloga. Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Santiago, Chile.
  26. Cruz, J. y Torres, J. (2006): ¿De qué Depende la Satisfacción Subjetiva de los Colombianos? Revista de Economía, V XXV N 45. Bogotá 2006; pp 131-154.
  27. Véliz - Burgos, A. y Apodaca, P. (2012): Niveles de Autoconcepto, Autoeficacia Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios de la Ciudad de Temuco. Universidad Mayor de Temuco; Temuco, Chile.
  28. Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Ismael Gallardo, I., Valle, C., y van Dierendonck, D. (2006): Adaptación Española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. Universidad Autónoma de Madrid y Erasmus University Rotterdam. *Psicothema* 2006. Vol. 18, n° 3, pp. 572-577.
  29. Vielma, Jh., y Alonso, L. (2010): El Estudio del Bienestar Psicológico Subjetivo. Revisión Teórica. Año 14, N° 49. Julio – Diciembre, 2010. 265 – 275. Universidad de los Andes, Mérida. México.
  30. Ávila, R., y Miranda, P. (2008). Estimación de la magnitud de la satisfacción marital en función de los años de matrimonio. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2), 57-77. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80212387004>
  31. Armenta-Hurtarte, C., Sánchez-Aragón, R., y Díaz-Loving, R. (2012). ¿De qué manera el contexto afecta la satisfacción con la pareja? *Suma Psicológica*, 19(2), 51-62. Recuperado

- de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-43812012000200004&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-43812012000200004&lng=en&tlng=es)Nava, M. (2004). Feminidad, masculinidad, androginia y la satisfacción marital: un estudio correlacional en parejas mexicanas. (Tesis de maestría, Instituto Mexicano de la Pareja, México). Recuperado de [http://www.ametep.com.mx/investigaciones\\_monica\\_nava.htm](http://www.ametep.com.mx/investigaciones_monica_nava.htm)
32. Rivera, D., y Heresi, E. (2011). Integración de la Teoría del Apego y Modelos Basados en la Evidencia en la Comprensión de la Satisfacción Marital. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 20(1), 57-65. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921807005>
  33. Antezana Carla Rebeca, Vargas Alhena y L. Alfaro Urquiola (2019). Adicción a las redes sociales y satisfacción marital: Un estudio correlacional en parejas Paceñas. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*. versión On-line ISSN 2071-081X. *Fides Et Ratio* vol.18 no.18 La Paz.
  34. Aponte, Cindy; Araoz, Raúl; Medrano, Percy; Ponce, Freddy; Taboada, Rossana; Velásquez, Carlos & Pinto, Bismarck (2020). Satisfacción conyugal y riesgo de violencia en parejas durante la cuarentena por la pandemia del covid-19 en Bolivia. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*. versión On-line ISSN 2077-2161. *Ajayu* vol.18 no.2 La Paz ago. 2020
  35. Ballesteros de Valderrama, B. P. (1995). El conflicto marital y su relación con problemas de ajuste en los niños. Trabajo monográfico. Fundación Universitaria Konrad Lorenz.
  36. Barrera, F. (2002). Una aproximación al estudio de los determinantes de la crianza: perspectiva multivariada. Documento CESO No. 24. Universidad de Los Andes. Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de Psicología.
  37. Coelho, G. V., Amburg, D. A. y Adams, J. E. (2004). Coping and Adaptation. *New York. nternational archives of occupational and environmental health*, 81(4), 461-472. Doi 10.1007/s00420-007-0238-4
  38. Díaz, D., Rodríguez Carvajal, R., Blanco, A., Moreno Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*.
  39. Gil Juan Antonio. (2016). Técnicas e instrumentos para la recogida de información. UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia. Recuperado de <https://>

- ezp1.espe.edu.ec:2126/lib/espesp/reader.action?docID=5102451&query=T%C3%A9cnicas+e+instrumentos+para+la+recogida+de+informaci%C3%B3n#.
40. Gil Juan Antonio. (2016). Técnicas e instrumentos para la recogida de información. UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia. Recuperado de <https://ezp1.espe.edu.ec:2126/lib/espesp/reader.action?docID=5102451&query=T%C3%A9cnicas+e+instrumentos+para+la+recogida+de+informaci%C3%B3n#>.
  41. Gismero Gonzales Elena (2002). Escala de habilidades sociales (EHS). Editorial TEA editores, Madrid España.
  42. Heinemann, K. (2003). Introducción a la metodología de la investigación empírica. Editorial Paidotribo.
  43. INE Bolivia. Censo nacional de Población y vivienda (2012). Disponible en: <https://www.ine.gob.bo/index.php/tarija-en-cifras-2021/>
  44. Iraurgi Castillo Ioseba, Muñoz Eguilet Ana, Sanz Vázquez Mireia, Martínez-Pampliega Ana (2010). Conflicto Marital y Adaptación de los Hijos: Propuesta de un Modelo Sistémico. Universidad de Deusto, Bilbao, España.
  45. Lorente, P. y Cano, P. (2002). La comunicación en la pareja, errores psicológicos más frecuentes. Primera edición, editorial, Rialp, S.A. España.
  46. Pérez Mendoza, Paola Alicia (2017). Satisfacción marital y estrés laboral en mujeres en situación de pareja unida. Tesis de grado. Carrera de Psicología. Universidad Mayor de San Andrés. Ciudad de La Paz - Estado Plurinacional de Bolivia.
  47. Russell, R. y Wells, P. (1990). Personality similarity and quality of marriage. *Personality and Individual Differences*.
  48. Ryff, C. (2004). Eudaimonic well being and health: Mapping consequences of self realization. . Washington, DC: American Psychological Association.
  49. Sagárnaga Rafael. (2019). Siete de cada diez matrimonios en el país se rompen. Los tiempos. Disponible en: <https://www.lostiempos.com/oh/actualidad/20190422/familia-siete-cada-diez-matrimonios-pais-se-rompen#:~:text=Igualmente%20se%20B1ala%20que%20m%C3%A1s%20del,casan%20en%20esos%20120%20minutos>.
  50. Salerno, A. (1999). El conflicto conyugal en la familia con hijos adolescentes. *Interparental conflict in families with adolescents*. Nápoles, Italia. Età Evolutiva.

51. Sierra Lombardía Virginia, Alvarez de Zaya Carlos M. (2006). Metodología de la Investigación Científica. Tacna. Perú.
52. Spanier, G. B. (1999). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15-28.

# **ANEXOS**

## ANEXO 1. CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN MARITAL

**Autor: Russell y Wells (1990)**

Responda por favor a todas las preguntas. Asegúrese de no dejar ninguna en blanco. En el caso de preguntas referidas a hijos, si no tienen hijos -comunes o de alguno de los dos- es decir, si no procede, debe marcar la opción de respuesta NP (No procede).

Muchas gracias

	Nada				Mucho			NP
	1	2	3	4	5	6		
1) ¿Ama a su pareja más que antes?								
2) ¿Aprueba usted la manera en que su pareja se comporta con sus hijos?								
3) ¿Cómo es de sociable su pareja ?								
4) ¿Su estado de salud es parecido al de su pareja?								
5) ¿Comparte usted un pasado similar al de su pareja ?								
6) ¿Con qué frecuencia tienen ustedes una pelea seria?								
7) ¿La formación académica que ha recibido usted es similar al de su pareja?								
8) ¿Se siente satisfecho(a) con lo que aporta usted a la totalidad de los ingresos familiares?								
9) ¿Cuánto le quiere su pareja ?								
10) ¿Cuánto tiempo pasan ustedes solos juntos?								
11) ¿Cuánto trabajo doméstico hace usted?								
12) ¿Disfruta usted de la compañía de su pareja ?								
13) ¿Disfruta usted haciendo cosas junto a su pareja ?								
14) ¿El dinero es un problema en su matrimonio?								
15) ¿Encuentra usted satisfacción sexual en su matrimonio?								
16) ¿Era usted más feliz antes de casarse?								
17) ¿Es importante el compañerismo en su matrimonio?								
18) ¿Es su pareja cruel con usted?								
19) ¿Es su pareja feliz?								
20) ¿Considera que su nivel intelectual no está al nivel de su pareja?								
21) ¿Es su pareja posesivo con usted?								
22) ¿Es su pareja totalmente honesto?								
23) ¿Es su pareja un(a) buen(a) padre(madre)?								
24) ¿Es usted amable con su pareja ?								
25) ¿Es usted feliz con su rol en la vida?								
26) ¿Es usted feliz?								

27) ¿Es usted posesiva(o) con su pareja ?	N						
	1	2	3	4	5	6	NP
28) ¿Es usted sociable?							
29) ¿Es usted un buen padre (madre)?							
30) ¿Esconde usted sus sentimientos?							
31) ¿Están de acuerdo en quién hace qué actividades en su matrimonio?							
32) ¿Están ustedes de acuerdo en cómo deben ser criados los hijos?							
33) ¿Ha cambiado para bien su pareja desde que se casaron?							
34) ¿Ha pedido usted alguna vez ayuda a alguien sobre su matrimonio?							
35) ¿Ha pensado divorciarse de su pareja ?							
36) ¿Ha salido bien su matrimonio?							
37) ¿Habría sido más feliz viviendo solo(a)?							
38) ¿Sus padres y familiares cercanos estuvieron de acuerdo con la pareja que eligió?							
39) ¿Le respeta su pareja?							
40) ¿Le gusta estar con sus hijos?							
41) ¿Le preocupa que su pareja le sea infiel?							
42) ¿Considera que su matrimonio tiene los valores positivos de los matrimonios de antaño?							
43) ¿Piensa su pareja que es usted atractiva?							
44) ¿Presta su pareja suficiente atención a su aspecto personal?							
45) ¿Piensa usted que su pareja es atractiva?							
46) ¿Piensa usted que su pareja es atractiva(a) para otras?							
47) ¿Puede acudir a su propia familia en busca de ayuda o apoyo?							
48) ¿Se siente satisfecho(a) con el nivel de vida de su familia?							
49) ¿Quedaría usted en una posición difícil si se divorciara?							
50) ¿Ambos toman equitativamente las decisiones importantes de la familia?							
51) ¿Considera que como pareja hicieron cosas que no debían antes de casarse?							
52) ¿Se altera sin razón el estado de ánimo de su pareja?							
53) ¿Se altera sin razón su estado de ánimo?							
54) ¿Se da en su matrimonio una relación romántica?							
55) ¿Se interpone el trabajo de su pareja en su matrimonio?							
56) ¿Se interpone su trabajo en su matrimonio?							
57) ¿Se lleva bien con la familia de su pareja?							
58) ¿Se siente usted atractiva(o)?							
59) ¿Se siente usted cerca de sus hijos?							
60) ¿Se siente usted sola(o)?							

61) ¿Son demasiado problema sus hijos para usted?							
62) ¿Su matrimonio es tradicional en los aspectos positivos?							
63) ¿Su pareja conoce lo que usted realmente piensa y siente?							
64) ¿Tiene usted fuertes creencias ético- religiosas que favorecen el matrimonio?							
65) ¿Tienen los dos la misma visión de la vida?							
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>NP</b>
66) ¿Trabaja usted habitualmente mucho más de lo que quisiera?							
67) ¿Trata usted sus preocupaciones diarias con su pareja?							
68) ¿Tuvieron sus padres un matrimonio feliz?							
69) ¿Piensa usted que luchar por la unidad de la familia y que el divorcio es algo malo?							
70) Si no se siente feliz, ¿puede discutir esto con su pareja?							
71) Si usted pudiera escoger, ¿se casaría con la misma persona de nuevo?							

Gracias por su colaboración. Utilice este espacio si desea hacernos llegar algún comentario u observación.

Ítems negativos que deben ser invertidos:

6/14/16/18/20/21/27/30/34/35/37/41/49/52/53/55/56/60/61/66.

### **Agrupación de ítems según dimensiones**

Cohesión familiar: 1/6/9/10/11/12/13/15/17/18/21/24/27/31/32/33/34/35/36/39/

40/41/54/55/63/67/70/71 = 28

“Admiración/Atracción”: 3/19/22/43/44/45/46/52/58 = 9

“Apoyo familiar/Crianza”: 2/23/29/38/47/57/59/61 = 8

Asuntos económicos: 14/48/49 = 3

Autopercepción\_ 16/25/26/28/30/37/42/53/56/60/66 = 11

Valores: 51/62/64/65/68/69 = 6

Homogamia: 4/5/7/8/20/50 = 6

## ANEXO 2. ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

**Autor: Ryff Carol (1ra versión 1995; revisión 2004). Adaptación española por Díaz et al., (2006).**

**EDAD:**            **SEXO:** FEMENINO (        ) MASCULINO (        )

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

1. Totalmente desacuerdo
2. Poco de acuerdo
3. Moderadamente de acuerdo
4. Muy de acuerdo
5. Bastante de acuerdo
6. Totalmente de acuerdo

1 .Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	1	2	3	4	5	6
3 .No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	1	2	3	4	5	6
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	1	2	3	4	5	6
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me Satisfaga.	1	2	3	4	5	6
6 .Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.	1	2	3	4	5	6
7 .En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	1	2	3	4	5	6
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	1	2	3	4	5	6
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	1	2	3	4	5	6

10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.	1	2	3	4	5	6
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi Gusto.	1	2	3	4	5	6
12 .Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	1	2	3	4	5	6
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que Cambiaría.	1	2	3	4	5	6
14 .Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5	6
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	1	2	3	4	5	6
16 .En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5	6
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5	6
19 .Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	1	2	3	4	5	6
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	1	2	3	4	5	6
21 .Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	1	2	3	4	5	6
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	1	2	3	4	5	6
23 .Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.	1	2	3	4	5	6
24 .En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	1	2	3	4	5	6
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	1	2	3	4	5	6
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	1	2	3	4	5	6

28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.	1	2	3	4	5	6
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	1	2	3	4	5	6
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	1	2	3	4	5	6
31 .En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.	1	2	3	4	5	6
32 .Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	1	2	3	4	5	6
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.	1	2	3	4	5	6
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.	1	2	3	4	5	6
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
37 .Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
38 .Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.	1	2	3	4	5	6
39 .Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6

*Baremos generales de la Escala de Bienestar Psicológico y sus sub-escalas.*

Pc	Relaciones Positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Propósito en la vida	Crecimiento personal	Total	Pc	
99	35-36	41-42	30	42	48	30	217-233	99
90	31-34	37-40	26-27	38-41	46-47	29	205-216	90
80	30	34-36	24-25	36-40	43-45	28	197-204	80
70	29	32-33	23	35	41-42	27	189-196	70
60	28	31	22	34	39-40	25-26	181-188	60

50	25-27	30	21	32-33	35-38	24	172-180	50
40	24	28-29	19-20	30-31	34	23	164-171	40
30	23	26-27	18	29	31-33	22	155-163	30
20	20-22	24-25	16-17	24-28	30	21	133-154	20
10	14-19	17-23	11-15	17-23	13-29	13-20	82 - 132	10
1	0-13	0-16	0-10	0-16	0-12	0-12	0 - 81	1
<i>N</i>	390	390	390	390	390	390	390	<i>N</i>
<i>Media</i>	25,65	29,36	20,71	31,80	36,12	23,82	169,72	<i>M</i>
<i>Moda</i>	28	28	21	32 <sup>a</sup>	38	25	164	<i>Mo</i>
<i>DE</i>	4,778	5,559	4,368	5,982	7,559	4,337	28,700	<i>DE</i>
<i>Mínimo</i>	11	12	9	12	8	9	64	<i>Mín.</i>
<i>Máximo</i>	36	42	30	42	48	30	233	<i>Máx.</i>

ESCALA. Cada dimensión tiene su propia escala y valores:

Autoaceptación.	Nivel Alto: 32 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 20 y 31 puntos. Nivel Bajo: 19 puntos o menos.
Relaciones positivas.	Nivel Alto: 34 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 24 y 33 puntos. Nivel Bajo: 23 puntos o menos.
Autonomía.	Nivel Alto: 40 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 29 y 39 puntos. Nivel Bajo: 28 puntos o menos
Dominio del entorno.	Nivel Alto: 30 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 23 y 29 puntos. Nivel Bajo: 22 puntos o menos.
Crecimiento personal.	Nivel Alto: 38 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 29 y 37 puntos. Nivel Bajo: 28 puntos o menos.
Propósito en la vida.	Nivel Alto: 32 puntos en adelante. Nivel Medio: entre 23 y 31 puntos. Nivel Bajo: 22 puntos o menos.

Ryff (1995). Nota: Tomada de Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle, & van Dierendonck, (2006 citado por Rodríguez & Rocha, 2018).

### ANEXO 3. ESCALA DE AJUSTE DIÁDICO (DAS)

**Autor: Spanier, G. B. (1999)**

A continuación, encontrarás frases relacionadas con tu relación de pareja. Por favor, lee atentamente cada frase y señala en qué medida crees que reflejan lo que piensas.

Indica con qué frecuencia tu pareja y tú están de acuerdo en cuanto a:						
	Siempre de acuerdo	Casi siempre de acuerdo	A veces en desacuerdo	A menudo en desacuerdo	Casi siempre en desacuerdo	Siempre en desacuerdo
1. Manejo del dinero disponible	5	4	3	2	1	0
2. Diversiones	5	4	3	2	1	0
3. Cuestiones religiosas	5	4	3	2	1	0
4. Demostraciones de cariño	5	4	3	2	1	0
5. Amistades	5	4	3	2	1	0
6. Relaciones sexuales	5	4	3	2	1	0
7. Muestras de educación (lo que creemos que es correcto o no)	5	4	3	2	1	0
8. Filosofía de la vida	5	4	3	2	1	0
9. Relaciones con los familiares cercanos	5	4	3	2	1	0
10. Cosas y objetivos considerados importantes	5	4	3	2	1	0
11. Cantidad de tiempo pasado juntos	5	4	3	2	1	0
12. Toma de decisiones importantes	5	4	3	2	1	0
13. Actividades rutinarias	5	4	3	2	1	0
14. Intereses y actividades a realizar durante el ocio	5	4	3	2	1	0
15. Decisiones en relación con el estudio o el trabajo	5	4	3	2	1	0

Con qué frecuencia...						
	Siempre	Casi siempre	A menudo	A veces	Casi nunca	Nunca
16. Habéis pensado en la separación	0	1	2	3	4	5
17. Tu pareja o tú se separan después de una discusión	0	1	2	3	4	5
18. Piensas que las cosas os van bien como pareja	5	4	3	2	1	0
19. ¿Confías en tu pareja?	5	4	3	2	1	0
20. ¿Te arrepientes en alguna ocasión de haber empezado esta relación con tu pareja?	0	1	2	3	4	5
21. Discutís tú y tu pareja	0	1	2	3	4	5
22. Tú o tu pareja acabáis por perder el control en el transcurso de una discusión	0	1	2	3	4	5

23. ¿Besas a tu pareja?					
Varias veces al día (5)	Todos los días (4)	Casi todos los días (3)	Ocasionalmente (2)	Raramente (1)	Nunca (0)
24. Cuando salen a divertirse, ¿cada uno lo hace por separado?					
Siempre (0)	Casi siempre (1)	Algunas veces (2)	Solo cuando es inevitable (3)	Casi nunca (4)	Nunca (5)

Con qué frecuencia...	Nunca	Menos de una vez al mes	Una o dos veces al mes	Una o dos veces a la semana	Una vez al día	Más a menudo incluso
25. ¿Tenéis un intercambio enriquecedor de ideas?	0	1	2	3	4	5
26. ¿Os reis juntos?	0	1	2	3	4	5
27. ¿Dialogáis tranquilamente sobre cualquier cosa?	0	1	2	3	4	5
28. ¿Trabajáis juntos en un proyecto?	0	1	2	3	4	5

Hay algunas cosas en las que las parejas están a veces de acuerdo y a veces en desacuerdo. ¿Con qué frecuencia, en la actualidad, las siguientes cuestiones son motivo de discordia o diferencias de opinión entre tú y tu pareja?

29. Demasiado cansancio para practicar sexo.					
Varias veces al día (0)	Todos los días (1)	Casi todos los días (2)	Ocasionalmente (3)	Raramente (4)	Nunca (5)
30. Ausencia de muestras de cariño					
Varias veces al día (0)	Todos los días (1)	Casi todos los días (2)	Ocasionalmente (3)	Raramente (4)	Nunca (5)

31. A continuación aparecen números que representan grados diversos de felicidad en la relación de pareja. El punto 3: satisfecha, representa el grado de felicidad de la mayor parte de las relaciones. Rodea el que describa mejor el grado de felicidad, tras hacer un balance global, de tu relación de pareja.

0	1	2	3	4	5
Muy insatisfecha	Bastante insatisfecha	Un poco insatisfecha	Satisfecha	Muy satisfecha	Extremadamente satisfecha

32. Elige una sola frase, la que describe mejor tus sentimientos acerca del futuro de tu relación de pareja:

5	Deseo de todo corazón que nuestra relación tenga éxito <b>y haría lo imposible</b> por conseguirlo.
4	Deseo muchísimo que nuestra relación tenga éxito <b>y haré todo lo que pueda</b> por conseguirlo.
3	Deseo mucho que nuestra relación tenga éxito <b>y pondré de mi parte lo necesario</b> para conseguirlo.
2	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero <b>no puedo hacer mucho más de lo que ya hago</b> para conseguirlo.
1	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero <b>me niego a hacer más de lo que ya hago</b> ahora para contribuir a que mi pareja vaya bien.
0	Nuestra relación nunca podrá ser un éxito. <b>No hay nada más que yo pueda hacer</b> para preservarla.

Los ítems con escalas inversas (16, 17, 20, 21, 22, 24) se debe a que su redacción está en negativo.

DIMENSIONES:

Dimensiones	Ítems	N° de ítems	Sumatoria
1.- Consenso cognoscitivo	1 – 15 / 25 - 28	19	95
2.- Armonía emocional	16 - 22	7	35
3.- Expresión conductual de afecto	23 – 24 / 29 - 30	4	20
4.- Satisfacción afectivo / sexual	31 - 32	2	10
		32	160

El ajuste diádico se expresa a través de esta escala final de manera global:

CATEGORÍA	PUNTAJE TOTAL
Muy bajo.	0 – 32
Bajo.	33 – 64
Medio.	65 - 96
Alto.	98 – 128
Muy alto	129 - 160

## VALORES POR DIMENSIONES

DIMENSIONES	ESCALA				
	Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
1.- Consenso cognoscitivo	0-19	20-38	49-57	58-76	77-95
2.- Armonía emocional	0-7	8-14	15-21	22-28	29-35
3.- Expresión conductual de afecto	0-4	4.1-8	8.1-12	12.1-16	16.1-20
4.- Satisfacción afectivo / sexual	0-2	2.1-4	4.1-6	6.1-8	8.1-10

## ANEXO 4. ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

**Autor: Gismero González Elena (2002)**

**Nombre:**

**Edad:**

**Fecha:**

**Sexo:**

**INSTRUCCIONES:** A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

**A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.**  
**B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra**  
**C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así**  
**D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos**

**Encierre con un círculo** la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido.	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas , oficinas, etc. para preguntar algo.	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado (a).	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga(o) por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se cómo "cortar " a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con una personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo(a) que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A B C D

28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A B C D
30. Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados.	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
<b>Total</b>	

*Normas en percentiles de la Escala de Habilidades Sociales (EHS), de Gismero, E.*

Pc	Habilidades Sociales	Autoexpresión en Situaciones Sociales	Defensa de los propios derechos como consumidor	Expresión de Enfado o Disconformidad	Decir No y Cortar Interacciones	Hacer Peticiones	Iniciar Interacciones Positivas con el sexo opuesto
99	119-122	32		15-16		20	20
98			20			20	20
97	118	31	19		24	20	19
95	114	30		15	23	19	19
90	111		17	14	22	19	18
85		29				18	17
80	106	28		13	21	17	16
75	103	27			20	17	
70	100		16		19		
65				12			
60	96	26	15			16	15
55	95	25			18		14
50	94	24		11	17		13
45	92		14		16	15	
40	89	23					
35	88	22		10	15		12
30	85	21	13		14	14	
25	84	20		9	13		
20	81	19				13	11
15	78			8			10
10	75	18	12	7	12	12	9
5		17	10	6	10	11	8
3	72	16			9	9	6
2	69	15	9		8	8	5
1	58-69	14	8	5	6	7-8	5